



- Rezept der Woche -

RISOTTO MIT STÄNGELKOHL

Zutaten für 2-3 Personen:

- 300 Stängelkohl
- 320 g Risotto-Reis, z. B. Carnaroli
- 1 Zwiebel
- 1 Zitrone
- 40 g Butter, weich
- 1 L Gemüsebrühe
- 50 g Parmesan, gerieben
- 100 ml Weißwein
- Öl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

- Stängelkohl waschen, holzige oder hohle Stängel aussortieren, die Blätter von den Stängeln zupfen
- Stängel und Knospen in kochendem Salzwasser etwa 3 Minuten köcheln lassen, dann die Blätter hinzugeben und noch eine Minute köcheln lassen. Das Gemüse mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser holen, in einem Durchschlag abtropfen lassen und mit kaltem Wasser abschrecken
- Den abgetropften Stängelkohl grob hacken
- Butter in ein Schälchen geben. Zitronenschale fein dazu reiben. Mit der Butter gut vermischen und kühl stellen
- Zwiebel hacken und mit dem Reis im Öl andünsten. Mit dem Wein ablöschen und köcheln lassen. Etwas Bouillon dazu gießen und erneut köcheln lassen. Unter Rühren nach und nach gesamte Bouillon dazu gießen. Garen, bis der Reis sämig ist, aber noch etwas Biss hat
- Stängelkohl, Zitronenbutter und etwa ein Drittel des Parmesans zum Schluss unter den Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Restlichen Parmesan dazu servieren.

Guten Appetit!