

Spargel - Rissotto

Mit Putengeschnetzeltes in Pfefferrahmsauce



● Zutaten für das Rissotto:

| | |
|----------------|---|
| 250 Gramm | <i>Risottoreis</i> |
| 750 Milliliter | <i>Gemüsebrühe</i> |
| 500 Gramm | <i>grüner Spargel (alternativ weiß)</i> |
| 10 Gramm | <i>Butter</i> |
| 50 Gramm | <i>Parmesankäse</i> |
| 1 | <i>Zwiebel</i> |
| 2 Esslöffel | <i>Olivenöl</i> |

● Zutaten für das Putengeschnetzeltes in Pfefferrahmsauce:

| | | | |
|-----------------------|---------------------|---------------|-----------------------|
| 250 Gramm | <i>Putenfleisch</i> | 2-3 Esslöffel | <i>grüner Pfeffer</i> |
| 1 mittelgroße | <i>Zwiebel</i> | 1 Becher | <i>Crème Fraîche</i> |
| Pfeffer Salz Olivenöl | | | |

● Zubereitung Rissotto:

1. Zwiebel fein hacken und im Olivenöl glasig dünsten
2. dann den Reis hinzugeben und im Öl wenden
3. nach und nach 2/3 der warm gehaltenen Gemüsebrühe zugießen
4. es ist dabei wichtig, den Risotto ständig gut umzurühren und mit dem Nachgießen immer so lange zu warten, bis die zugegebene Flüssigkeit aufgesogen ist dadurch wird der Risotto schön sämig
5. während der Risotto auf kleinem Feuer gart, den Spargel reinigen
6. hierzu an jeder Spargelstange den unteren meist holzigen Teil abschneiden
7. den restlichen Stiel in Stücke schneiden und nur die Spargelköpfe etwa 5 cm lang schräg abschneiden in einer Pfanne die Butter zergehen lassen, die Spargelstücke darin andünsten und mit der restlichen Brühe übergießen
8. je nach der Dicke der Spargelstücke 5-8 min garen
9. die Spargelspitzen aussortieren und den Rest pürieren
10. die pürierte Masse und den möglichst frisch geriebenen Parmesan unter den Risotto heben und gut verrühren
11. kurz ziehen lassen und zum Schluss zum Anrichten die Spargelspitzen auf dem Risotto verteilen.

● Zubereitung Putengeschnetzeltes:

1. 250 g Putenfleisch in Streifen schneiden und in wenig Öl anbraten
2. in der Pfanne salzen und pfeffern, herausnehmen und warm stellen
3. 1 mittelgroße Zwiebel in derselben Pfanne anrösten und 2-3 EL zerdrückten grünen Pfeffer dazugeben
4. Bratensatz mit einem Glas Wasser ablöschen und etwas ziehen lassen
5. jetzt Crème fraîche oder Sauerrahm hinzugeben, nach Belieben einen oder zwei Becher
6. mit Gewürzen nach Wunsch abschmecken