



FRÄNKISCHER GRÜNKERN G.U.

Risotto



ZUTATEN:

- 2 EL Rapsöl
- 1 Zwiebel, mittelgroß, fein gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe
- Etwa jeweils 80 g Sellerie, Karotte, Kohlrabi, Lauch, Wirsing, jeweils gewürfelt
- 40 ml Fränkischer Weißwein g.U.
- 250 g Fränkischer Grünkern g.U., gekocht
- 100 ml Gemüsebrühe
- 2 EL Sauerrahm
- 20 g Petersilie, gehackt
- 20 g Thymian, gehackt
- Etwas Zitronenzeste (Bio-Zitrone)
- 100 g Weißlacker, gerieben
- Salz, Pfeffer

UNSER TIPP:

Für ein außergewöhnliches Aroma kann der Grünkern vor dem Kochen geröstet und geräuchert werden.

Wenn der Grünkern zunächst separat gekocht wird, geht die am Korn anhaftende Stärke ab und das Risotto schmeckt intensiver, hat eine leichtere Textur und ist geschmeidiger am Gaumen.

ZUBEREITUNG:

In einer Pfanne die Zwiebel und den Knoblauch im heißen Öl anschwitzen. Das Gemüse zugeben und langsam anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Den gekochten Grünkern und die Gemüsebrühe zugeben, leicht köcheln lassen und dann den Sauerrahm zusammen mit den Kräutern und dem Weißlacker unterziehen. Würzen und abschmecken.



AUTOR GIUSEPPE MESSINA:

Der Koch, der für seine ungewöhnlichen Texturen bekannt ist und dabei vermeintlich einfache Produkte in ganz besondere Stars auf dem Teller verwandelt. Seine Gäste lieben vor allem seine kulinarische Weltreise.

„Erlaubt ist alles was gefällt und schmeckt. Nichts muss, alles kann. Die Form kennt keine Grenzen.“

#giuseppemessina #giuseppe4437 #bayertruck