

Confiture de Vivre



Perlgraupen - Risotto mit Kalbsschnitzelchen

16

Ingredienzen für 4 Personen

1 Möhre
1 Stange Lauch
1 Schalotte
200 g Perlgraupen
200 ml Weißwein (ich nehme Rancio sec, der ist sehr aromatisch und gibt ein wenig „Würze“)
Gemüse- oder Kalbsfond zum Aufgießen
Parmesan
4 Kalbsschnitzelchen
Olivenöl
Pfeffer, Fleur de Sel
Apfelbalsam
zum Garnieren ein paar kleine Pilze (hier: Champignons) und Kresse

für den Risotto:

Möhre, Lauch und Schalotte schälen/putzen und in sehr kleine Stücke schneiden/hacken. In einem Topf Olivenöl heiß werden lassen und alles andünsten. Die Graupen dazugeben und kurz mitdünsten lassen. Mit Wein angießen. Danach auf kleiner Flamme unter mehrmaligem Hinzugeben von Fond ca. 20 Minuten garen lassen. Parmesan oder anderen würzigen Hartkäse reiben und untermengen bis eine schöne Schlotzigkeit erreicht ist.

für die Kalbsschnitzelchen:

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, nicht zu stark, das bekommt den dünnen Schnitzelchen nicht gut. Die Schnitzel pfeffern, noch nicht salzen. In die Pfanne geben und kurz anbraten, in der Regel reichen 1- 1,5 Minuten von jeder Seite. Die Schnitzel aus der Pfanne nehmen und ruhen lassen. Den Bratensaft mit Apfelbalsam ablöschen und darin die Pilze kurz durchschwenken.

Risotto auf einen Teller geben, die Schnitzelchen dazu anrichten, mit Fleur de Sel bestreuen, mit den Pilzen und der Kresse garnieren. Etwas vom Bratenfond dazu, fertig. Ein kleiner Radicchio - Apfelsalat passt sehr gut.

Guten Appetit!

