



Xenia kocht

Risotto mit Erdbeeren und Balsamico Reduktion

Ich oute mich jetzt mal. Tue ich in diesen Rezepten ja öfter – also was solls. :-)
Ich bin TV-Koch-Sendungs-Fan. Ich liebe es, Menschen beim Kochen zuzuschauen. Ich kaufe sogar ganze DVD Boxen mit Kochsendung und gucke an regnerischen Sonntagen mehrere Stunden am Stück.

Macht mir auch gar nichts, wenn da un-vegan gekocht wird. Ich kriege trotzdem jedes Mal 7.000 neue Ideen und „veganisiere“ interessante Gerichte einfach. Und wenn ich kann, gehe ich gerne auch bei richtig guten Köchen essen. So aus Neugierde – wenn der einen Stern hat oder eine Kochshow – wie schmeckt es dann wohl bei ihm (oder ihr). Das war als Vegetarier noch einfacher – als Veganer ist es schwieriger. Aber richtig gute Restaurants finden immer einer Lösung und kochen was extra.

Lange Rede kurzer Sinn: dieses Risotto ass ich vor einigen Jahren bei Jamie Oliver, einem bekannten TV Koch. Ich war begeistert. Die Kombi klingt erstmal verrückt – aber jeder der es probiert ist begeistert. Man braucht dazu Balsamico Reduktion. Die kann man natürlich fertig im Geschäft kaufen – ist aber nur halb so gut. Ich mache meine Reduktion selbst und schicke das Rezept dafür hier mit rum!

Risotto geht immer. In unserer Familie ist Risotto ein Alljahres Klassiker. Je nachdem, welches Gemüse gerade Saison hat gibt es Risotto mit XY. Als unser Sohn kleiner war, war Risotto ein erlaubtes Mittel, Gemüse zu servieren. So lange es nur klein geschnitten und viel buttrig-käsiges Risotto drum herum war. Wir sind auch Risotto Vielfrasse: So ein Rezept für vier Personen verspeisen wir zu dritt. Sollte doch tatsächlich mal was übrig bleiben, formen wir am nächsten Tag flache Frikadellen daraus und braten die an. Ein großer Salat dazu – perfekt.

Natürlich kann man den Wein weglassen – einfach mehr Brühe dazu geben. Aber der säuerliche Geschmack trägt zum gesamt Geschmack bei und der Alkohol verkocht. Wichtig ist, dass man wirklich Risotto Reis verwendet. Risotto Reis ist ein besonders stärkehaltiger Rundkornreis – der macht das Risotto schlotzig. Falls man keinen Risotto Reis findet kann man notfalls Milchreis nehmen. Aber das Ergebnis wird nicht ganz dasselbe.

Falls ich Zeit schinden muss kann ich das Risotto etwa zu zwei Drittel kochen und dann zur Seite stellen und erst kurz vor dem Servieren zu Ende kochen.

Wichtig ist auch, dass die Brühe heiss ist. Verwende ich kalte Brühe, dann kühlt der Reis jedes Mal ab, wenn ich eine Kelle zugebe. Das heisst es dauert länger, das Risotto zu kochen und es wird schwieriger, das perfekte, schlotzige Gesamt-Ergebnis wird schwieriger zu erreichen.

Zutaten für ca. 4 Personen

300 g Risotto Reis
1 Zwiebel
200 ml Weisswein oder trockener Wermut
1 Liter Brühe
Vegane Margarine (min 100 g)
Hefeflocken
500 g Erdbeeren

1. Zwiebel fein hacken. In Öl glasig andünsten. Risotto Reis dazu geben und unter Rühren ebenfalls anrösten. Das Reiskorn wird ebenfalls „glasig“. Das heisst die Ränder werden durchsichtig, der Kern



Xenia kocht

bleibt weiss. Wenn dieses Stadium erreicht ist, mit Weisswein oder Wermut ablöschen und kräftig rühren, bis der Alkohol ganz vom Reis aufgenommen und verkocht ist.

Erdbeeren waschen, putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln.

3. Jetzt so viel Brühe zufügen, dass der Reis gut bedeckt ist und wieder so lange rühren, bis der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat. Damit fortfahren, bis die ganze Brühe aufgebraucht ist. Das Risotto sollte fest, aber schön schlotzig-cremig sein. Der Reis sollte noch einen leichten Biss haben.
4. Jetzt die Margarine zugeben und unterrühren. Eine gute Handvoll Hefeflocken unter rühren und mit Sal abschmecken.
5. Die Erdbeeren ganz kurz in Margarine anrösten. Sie sollen nicht gar oder matschig werden, sondern nur war und im Geschmack intensiviert. Die Erdbeeren jetzt vorsichtig unter das Risotto heben.
6. Zum Servieren dann großzügig mit Balsamico Reduktion übergießen.

Auch hier habe ich leider verpasst ein Foto vom Endprodukt zu machen. Aber es schmeckt herrlich und sieht gut aus! 😊

