

Wirsing-Morchel-Risotto mit Hähnchenbrust-Streifen

Für zwei Personen

Für den Risotto:

250 g Risotto	$\frac{1}{2}$ Wirsing	3 frische Morcheln
3 Schalotten	2 Knoblauchzehen	1 Zitrone, davon Saft
100 g Crème-fraîche	100 g Butter	50 g Parmesan
1,2 L Gemüsefond	200 ml trockener Weißwein	Olivenö, Salz, Pfeffer

Für die Hähnchenstreifen:

300 g Hähnchenbrust	2 Eier	100 g Semmelbrösel
50 g Mehl	2 Zweige Thymian	Olivenöl
1 Prise Kräutersalz	1 Prise grobes Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

1 Zitrone, davon Abrieb	2 Zweige Thymian	30 g getrock. Morcheln
30 g veganer Parmesan		

Für den Risotto: Den Fond in einem Topf erhitzen. Schalotten und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin unter Rühren 12 Minuten glasig andünsten. Frische Morcheln putzen und in feine Streifen schneiden. Wirsing waschen und Blätter länglich klein schneiden. Beides mitdünsten. Risotto dazugeben und für 3-4 Minuten dünsten. Mit etwas Fond und Wein ablöschen, so dass der Reis bedeckt ist. Bei schwacher Hitze köcheln lassen, dabei öfter umrühren. Sobald die Flüssigkeit aufgesogen ist, Wein, Fond und Morchel-Flüssigkeit weiter nach und nach angießen, dabei ab und zu umrühren. Das Ganze wiederholen bis Risotto die gewünschte Konsistenz hat. Parmesan reiben. Anschließend Butter, Parmesan und Crème fraîche unter Risotto rühren und mit Salz, Pfeffer und Saft der Zitrone würzen.

Für die Hähnchenstreifen: Hähnchenbrust waschen, trockentupfen und in gleichmäßige, längliche Streifen schneiden. Eier verquirlen und mit Pfeffer und Kräutersalz würzen. Mit Mehl, Eiern und Semmelbröseln eine Panierstraße errichten und Hähnchen darin panieren. In einer hohen Pfanne mit Olivenöl und Thymianzweigen goldbraun ausbacken. Auf einem Küchentuch abtropfen lassen und mit grobem Salz bestreuen.

Für die Garnitur: Morcheln in einer Pfanne ohne Öl anrösten und in einem Mörser zerstäuben. Parmesan fein hobeln. Morchelstaub mit Parmesan mischen und zum Schluss über Risotto streuen. Zitrone heiß abwaschen und Schale abreiben. Thymian abbrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen. Ebenfalls über Risotto geben.

Vishi Parameswaran am 30. März 2023