

# Garnelen, Muscheln, Kaninchen-Filet mit Safran-Risotto

## Für zwei Personen

### Für das Panierte:

20 Miesmuscheln	6 Riesengarnelen (Schale, Schwanz)	2 Kaninchenfilets
6 Eier	1 L Hühnerfond	6 Zweige Rosmarin
1 TL geräuch. Paprikapulver	400 g Pankomehl	400 g Paniermehl
Mehl	1-1,5 L Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

### Für das Risotto:

150 g Risottoreis	1 Zwiebel	150 g Parmesan
2 EL Butter	100 ml Weißwein	1 L Hühnerfond (s.o.)
1 Döschen Safranfäden	1 Döschen gemahlener Safran	Olivenöl, Salz, Pfeffer

### Für das Bohnengemüse:

400 g Breite Bohnen	2 Knoblauchzehen	200 g gehackte Tomaten
1 TL Tomatenmark	1 Bund glatte Petersilie	Zucker
Olivenöl	Salz	Pfeffer

### Für die Aioli:

1 Knoblauchzehe	1 Zitrone, Saft & Abrieb	1 Ei
1 EL mittelscharfer Senf	5 Zweige glatte Petersilie	200 ml Rapsöl
Salz	Pfeffer	

### Für das Panierte:

Einen Topf mit Hühnerfond aufsetzen. Garnelen bis auf den Schwanz von der Schale befreien und die Garnelenschalen in den Fond geben.

Garnelen vom Darm befreien und das Fleisch in Schmetterlingsform schneiden. Garnelen mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen.

Muscheln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten und geöffnete Exemplare aussortieren. Muscheln in den kochenden Hühner-Karkassen-Fond geben und ca. 3 Minuten kräftig sprudelnd kochen lassen. Die Muscheln mit dem Schaumlöffel herausheben und noch geschlossene Exemplare aussortieren. Anschließend die Muscheln aus den Schalen lösen, entbaren und säubern. Muschelfleisch aus den Schalen lösen und mit Salz und Pfeffer würzen. Hühnerfond für das Risotto aufgestellt lassen.

Kaninchenfilet in mundgerechte Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen.

Eier verquirlen. Eine Panierstraße aus Mehl, verquirltem Ei sowie Pankomehl und Paniermehl aufstellen. Garnelen und Muscheln erst im Mehl, dann im Ei und schließlich im Pankomehl wenden. Kaninchenfilet im Mehl, Ei und schließlich im Paniermehl wälzen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und das Fleisch auf einen Rosmarinzweig aufspießen.

Pflanzenöl in einem Topf erhitzen und Muscheln, Garnelen und Kaninchenfilet darin goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Der faserige Bart der Miesmuscheln sollte vor oder nach dem Kochen durch ruckartiges Abziehen unbedingt entfernt werden, da er ungenießbar ist.

### Für das Risotto:

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Parmesan reiben.

Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin glasig anschwitzen.

Reis hinzugeben und ebenfalls kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, Safran hinzugeben. Dann nach und nach den warmen Hühner-Karkassen-Fond (s.o.) angießen und Risotto al dente garen. Kurz vor dem Servieren Parmesan und Butter hinzugeben und mit Salz und Pfeffer ab-

schmecken.

**Für das Bohnengemüse:**

Bohnen putzen und klein schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Bohnen mit Knoblauch in Olivenöl scharf anbraten. Dann Tomatenmark hinzugeben und anrösten. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Mit gehackten Tomaten ablöschen. Dann die Temperatur herunterstellen und alles köcheln lassen, bis Bohnen weich sind.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Unter das Bohnengemüse heben.

**Für die Aioli:**

Knoblauch abziehen und hacken. Zitrone unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen.

Ei, Senf und Knoblauch in einen hohen Mixbecher geben und mixen.

Dann langsam das Öl eingießen bis die Masse emulgiert. Aioli mit Zitronensaft, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Unter die Aioli heben.

Daniel Schöller am 27. April 2022