

## Gemüse-Risotto mit Rinder-Filet

### Für zwei Personen

150 g Rinderfilet	150 g Risottoreis	50 g Erbsen, TK
1 Paprika, rot	3 Lattichblätter	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	50 g Parmesan	3 EL Sahne
350 ml Gemüsefond	100 ml Weißwein	1 TL Senf, mittelscharf
2 EL Butter	Butterschmalz	Oliveöl, Salz, Pfeffer

Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und gleichmäßig mit dem Senf einstreichen. Anschließend in fingergroße Scheiben schneiden. Die Lattichblätter waschen, trocken tupfen und ebenfalls in Streifen schneiden. Die Paprika waschen, trocken tupfen, entkernen und klein schneiden. Die Zwiebel sowie eine Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Eine Pfanne mit Butter und Olivenöl erhitzen und die Zwiebel- sowie Knoblauchwürfel hineingeben und andünsten. Den Risottoreis mit in die Pfanne geben und solange mitdünsten, bis die Reiskörner von einer Fettschicht überzogen sind. Die Erbsen und die Paprika zugeben und mit dem Weißwein aufgießen. Unter ständigem Rühren solange einkochen lassen, bis der Weißwein komplett eingekocht ist. Dann die Hälfte des Fonds zugeben und ebenfalls solange einkochen, bis auch diese komplett vom Reis aufgenommen wird. Anschließend den restlichen Fond zugeben und genauso verfahren. Wenn der Reis bissfest gegart ist, die Sahne und einen Esslöffel Butter unterrühren, danach den Parmesan hineinreiben. Das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Abschließend die Lattichblätter unterheben. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen. Das Filet mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten kurz anbraten. Das Risotto zusammen mit den Filetstreifen auf einem Teller anrichten und servieren.

Felizitas Meyer am 31. Januar 2013