

# Kürbis-Risotto mit gebratenem Rinder-Filet

**Für zwei Personen**

**Für das Rinderfilet:**

2 Rinderfilets à 180 g            2 EL Olivenöl    Salz, Pfeffer

**Für das Risotto:**

450 g Hokkaidokürbis            1 Zwiebel            150 g Risottoreis  
50 g Parmesan                    10 g Butter            600 ml Gemüsefond  
100 ml trockener Weißwein    1 EL Olivenöl    Salz, Pfeffer

**Für das Rinderfilet:**

Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.

Die Rinderfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Filets von beiden Seiten etwa zwei Minuten scharf anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, in den Backofen geben und weiter garen.

**Für das Risotto:**

Den Kürbis halbieren, entkernen, von Fasern befreien und einen Teil würfeln. Den anderen Teil in einen Entsafter füllen. Die Zwiebel abziehen und ebenfalls fein würfeln. Den Gemüsefond mit dem Saft des Kürbis in einem Topf erhitzen. Butter und Öl in einem weiteren Topf erhitzen und die Zwiebel glasig dünsten. Kürbis und Reis dazu geben und zwei Minuten dünsten. Mit Weißwein ablöschen und vollständig einkochen lassen. Nach und nach Fond angießen und unter gelegentlichem Rühren für 25 Minuten garen. Dabei immer wieder Fond nachgießen. Das Risotto mit Salz und Pfeffer würzen, Parmesan hobeln und unterrühren.

Kürbis-Risotto mit gebratenem Rinderfilet auf Tellern anrichten und servieren.

Julius Brink am 09. Oktober 2017