

Erbsen-Risotto mit frittiertem Eigelb und Zuckerschoten

Für zwei Personen

Für das Erbsen-Risotto:

200 g TK-Erbsen	150 g Risotto-Reis	2 Schalotten
3 Knoblauchzehen	1 Zitrone	80 g Parmesan
500 ml Gemüfefond	200 ml Weißwein	2 Stängel glatte Petersilie
2 EL Pinienkerne	4 EL kalte Butter	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für das frittierte Eigelb:

4 Eier	75 g Semmelbrösel	25 g Mehl
2 EL Essigessenz	200 g Butterschmalz	Salz, Pfeffer, Eiswasser

Für die Zuckerschoten:

100 g frische Zuckerschoten	2 Knoblauchzehen	1 Zitrone
6 TL Sojasauce	2 TL Honig	2 EL Tomatenmark
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	20 g heller Sesam
1 Msp. Chilipulver	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Erbsen-Risotto:

Die Schalotten und die Knoblauchzehen schälen, fein würfeln und in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Risottoreis zugeben und mit Weißwein ablöschen. Die Erbsen zugeben und nach und nach Gemüfefond beimischen. Das Risotto für etwa 20 Minuten leicht köcheln lassen und dabei umrühren.

Parmesan reiben, die Zitrone auspressen und die Petersilie abrausen und hacken. Kurz vor Garzeitende Butter, Parmesan und einen Spritzer Zitronensaft in das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Pinienkerne kurz in einer Pfanne anrösten und das Risotto mit ein paar Parmesanspänen und Petersilie garnieren.

Für das frittierte Eigelb:

Einen kleinen Topf mit Wasser und etwas Essig zum Kochen bringen.

Eigelbe vom Eiweiß trennen und beides jeweils bereitlegen.

Das Eigelb in das leicht köchelnde Essig-Wasser geben und max. 30 Sekunden ziehen lassen, dann herausnehmen und in Eiswasser abschrecken. Auf Küchenkrepp legen, abtropfen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Eiweiß verquirlen und mit Mehl und Semmelbröseln eine Panierstraße bereitstellen. Die Eigelbe zunächst in Mehl, dann im Eiweiß und zuletzt in den Bröseln panieren. Butterschmalz in einem kleinen Topf erhitzen und die Eigelbe darin wenige Augenblicke ausbacken. Auf dem Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für die Zuckerschoten:

Die Zuckerschoten in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anschwitzen.

Knoblauch abziehen und hacken. Chili entkernen, hacken und eine Zitrone auspressen. Thymian und Rosmarin abrausen und hacken. Eine Marinade aus Honig, Sojasauce, Knoblauch, Chili, Tomatenmark, ein wenig Zitronensaft, Thymian, Rosmarin, Salz und Pfeffer herstellen.

Marinade mit Zuckerschoten in den Gefrierbeutel geben und marinieren.

Beim Anrichten mit Sesam bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und zusammen servieren.

Juliane Richter am 03. März 2020