

Bohnen-Risotto, Speck, Birne, Chip, Bohnenkraut-Öl

Für zwei Personen

Für das Bohnen-Risotto:

200 g Risotto	100 g Speck mit Schwarte	150 g grüne Prinzess-Bohnen
1 Zwiebel	150 g Pecorino	100 g kalte Butter
1,5 L Gemüsefond	4 EL Apfelessig	2 EL Agavendicksaft
15 g frisches Bohnenkraut	15 g Petersilie	Öl, Salz, Pfeffer

Für die gepickelte Birne:

1 feste, große Birne	200 ml Apfelessig	50 ml Rote-Bete-Saft
100 g Agavendicksaft	3 Lorbeerblätter	Salz

Für den Speck-Chip:

60 g Bacon

Für das Bohnenkraut-Öl:

100 g frisches Bohnenkraut	100 ml Traubenkern-Öl	Salz
----------------------------	-----------------------	------

Für das Bohnen-Risotto:

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Gemüsefond in einen Topf geben und erhitzen. Speck-Schwarte abschneiden und den Speck in Streifen schneiden. Speck und Schwarte in etwas Öl in einem Topf anschwitzen. Zwiebel abziehen, in feine Würfel schneiden, zum Speck geben und glasig andünsten. Anschließend den Risotto Reis und einen Zweig Bohnenkraut hinzugeben und anschwitzen.

Mit Apfelessig ablöschen und mit so viel heißem Gemüsefond aufgießen, dass der Reis geradeso bedeckt ist. Das Risotto bei mittlerer Hitze 25-30 Minuten leicht köcheln lassen, bis der Reis bissfest ist. Währenddessen immer wieder umrühren und nach und nach mit Gemüsefond aufgießen, sobald die Flüssigkeit verkocht ist.

Prinzess-Bohnen waschen und putzen. In einheitliche Größe schneiden.

Im Gemüsefond für das Risotto blanchieren, bis sie bissfest sind.

Anschließend herausnehmen und in Eiswasser abschrecken.

Pecorino in eine Schüssel reiben. Bohnenkraut und Petersilienblätter fein hacken. Die Schwarte herausnehmen und das Risotto mit kalter Butter und Pecorino abbinden. Bohnenkraut, Petersilie und Bohnen unterrühren.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die gepickelte Birne:

Birne schälen und in ca. 5 mm dünne Scheiben schneiden. Scheiben in eine Schüssel legen. Apfelessig, Agavendicksaft, Rote-Bete-Saft, Lorbeerblätter und Salz in einem Topf aufkochen. Anschließend mit den Birnenscheiben vermengen und bis zum Anrichten ziehen lassen.

Für den Speck-Chip:

Frühstückspeckscheiben zwischen zwei Backpapierbögen legen. Das Backpapier zwischen zwei Backblechen in den vorgewärmten Ofen schieben. Für 12 Minuten backen, bis der Speck kross ist. Rausholen und auf einem Stück Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Bohnenkraut-Öl:

Öl in einen hohen Messbecher geben. Die Bohnenkraut-Blätter abzupfen und mit Salz dazugeben. Mit einem Pürierstab sehr fein pürieren. Die Masse in einem Topf geben und auf ca. 80 Grad erhitzen. Durch ein feines Sieb streichen und das Öl dabei auffangen.

Benjamin Sunder am 04. Januar 2024