Roggen-Risotto mit Zander und Petersilie

Für 2 Personen

Für das Wurzelgemüse:

2 Karotten	2 Petersilienwurzeln	weißer Pfeffer, Salz
4 EL Olivenöl		

Für die Petersilienpaste:

1 Tomate	1/2 Bio-Zitrone	1 Bund Blattpetersilie
50 g Zucker	50 g Butter	Salz, Pfeffer
1 EL Kapern		

Für das Roggenrisotto:

100 g Roggen-Reis	1 EL Olivenöl	300 ml Geflügelfond
Salz, weißer Pfeffer	20 g Parmesan	

Für den Zander:

280 g Zanderfilet	Salz, Pfeffer	2 EL Olivenöl

Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Karotten und Petersilienwurzel n schälen, dann einzeln auf Alufolie geben, mit Pfeffer würzen, etwas Olivenöl zugeben, die Folie verschließen und im Ofen bei 180 Grad ca. 40 Minuten garen. Für die Petersilienpaste Tomate kreuzweise einschneiden und ca. 1 Minute in kochendes Wasser geben. Herausnehmen, kalt abspülen und Tomaten häuten. Tomaten halbieren, entkernen und fein würfeln. Von der Zitrone die Schale dünn abschneiden. Schale in feine Streifen schneiden, dann von der Zitrone den Saft auspressen. Petersilie abspülen und trockenschütteln. Blätter von den Stielen zupfen. 2/3 der Petersilie kurz in kochendem Wasser blanchieren. Petersilie herausnehmen und kalt abspülen. Zucker in einem Topf leicht karamellisieren lassen. Zitronensaft untermischen. Blanchierte Petersilie und Zitronenschale unter die Zuckermischung rühren. Alles mit der restlichen Petersilie und Butter pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kapern und die Tomatenwürfel untermischen. Den Geflügelfond erhitzen. Roggen- Reis in einem Topf mit Olivenöl andünsten. Nach und nach warmen Fond unterrühren, immer wenn etwas Flüssigkeit verkocht ist, wieder Fond nachgießen. Risotto unter Rühren ca. 15 Minuten garen. Inzwischen Zander abspülen, trockentupfen und in 4 Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zanderstücke darin ca. 5 Minuten auf der Hautseite knusprig braten. Umdrehen und ca. 1 Minute weitergaren. Parmesan fein reiben. Das gegarte Gemüse aus der Folie nehmen, in gleichgroße Stücke schneiden und noch mit etwas Salz nachwürzen. Petersilienpaste und Parmesan unter das fertige Risotto rühren und abschmecken. Risotto in die Mitte des Tellers geben, Zander auflegen. Nach Belieben mit Olivenöl, Petersilie und Parmesansplittern anrichten.

Jörg Sackmann am 29. Oktober 2013