

# Nuss-Risotto mit gebratenem Saibling und Feldsalat

## Für 4 Personen

400 g Saiblingsfilet mit Haut	40 g Walnusskerne	50 g geschälte Haselnusskerne
1 Schalotte	3 EL Butter	200 g Risotto-Reis
800 ml Geflügelbrühe	1 Knoblauchzehe	1 Lorbeerblatt
Salz	30 g kalte Butter	30 g Parmesan

## Für den Salat:

80 g Feldsalat	2 EL Balsamico	3 EL Olivenöl
1 TL Dijon-Senf	Salz	Pfeffer

Saiblingsfilets kalt abbrausen und mit Küchenpapier trocken tupfen.

Die Nüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, anschließend grob hacken.

Die Schalotte schälen und in Würfel schneiden.

Etwas Butter in einer großen Sauteuse erhitzen. Die Schalottenwürfel darin anschwitzen. Den Reis einstreuen und unter Rühren ebenfalls kurz farblos anschwitzen.

Währenddessen die Brühe in einem Topf aufkochen.

Die Knoblauchzehe andrücken und zum Reis geben, das Lorbeerblatt ebenfalls hinzufügen.

Nun etwas heiße Brühe angießen, immer wenn die Brühe verkocht ist, wieder etwas Brühe nachgießen, beständig Rühren. Der Kochvorgang dauert ca. 15-20 Minuten je nach verwendetem Risottoreis.

In der Zwischenzeit Feldsalat putzen, waschen und abtropfen lassen.

Balsamico, Olivenöl und Senf zu einem Dressing mischen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Sobald der Reis fast fertig gegart ist, den Saibling leicht salzen. Übrige Butter in einer Pfanne erhitzen. Filets auf der Hautseite knusprig braten, auf die Fleischseite wenden und ganz kurz fertig braten.

Lorbeerblatt und Knoblauch wieder aus dem Risotto-Reis herausnehmen.

Die kalte Butter und den Parmesan unter das Risotto rühren.

Etwas Butter in einer kleinen Sauteuse aufschäumen lassen und die gehackten Nüsse unterschwenken.

Salat und Balsamico-Vinaigrette vermischen.

Das Risotto auf vorgewärmten Tellern verteilen. Gebräunte Butter und Nüsse darüber träufeln.

Das Fischfilet darauf setzen. Den Feldsalat andekorieren und alles servieren.

Karen Hegar am 17. Dezember 2019