

# Kabeljau-Filet auf einem Gewürz-Risotto

**Für 4 Personen**

**Gewürzrisotto:**

0,5 Zwiebel, klein	1 EL Olivenöl	150 g Risottoreis
3 EL Weißwein	0,5 l Geflügelbrühe	0,5 Zitrone, unbehandelt
0,5 Zehe Knoblauch	0,5 Döschen Safran	2 Scheiben Ingwer
0,25 Vanilleschote	50 g Nussmischung	1 EL Butter
Cayennepfeffer	Salz	

**Spinatsoße:**

200 g Blattspinat	0,5 Zitrone, unbehandelt	2 – 3 Zehen Knoblauch
50 ml Gemüsebrühe	50 g Sahne	1 EL Butter, kalt
1 EL Butter, braun	Muskatnuss	Chilipulver, mild
Salz		

**Kabeljau:**

4 Kabeljaufilets, entgrätet	1 EL Olivenöl, mild	Chilisalز, mild
-----------------------------	---------------------	-----------------

**Sirup:**

0,5 – 1 TL Puderzucker	50 ml Balsamico	0,5 – 1 EL Granatapfelsirup
------------------------	-----------------	-----------------------------

**Anrichten:**

1 EL Rosinen

**Gewürzrisotto:** Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und in einem breiten Topf bei milder Hitze in dem Olivenöl glasig anschwitzen. Den Reis dazu geben und solange mitschwitzen lassen, bis die Reiskörner heiß sind. Mit dem Weißwein ablöschen, einköcheln lassen und etwas heiße Geflügelbrühe aufgießen. Unter häufigem Rühren immer wieder etwas Flüssigkeit zugeben und vom Reis aufsaugen lassen, bis die Reiskörner nach 15 bis 20 Minuten weich sind, aber noch Biss haben. Einen Streifen Schale aus der Zitrone heraus schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und in Scheiben schneiden. Nach gut 15 Minuten Safran, Knoblauch, Ingwer, ausgekratzte Vanilleschote und Zitronenschale mit in das Risotto geben. Sobald der Reis fertig ist, alle ganzen Gewürze wieder entfernen. Die grob gehackten Nüsse mit der Butter darunter ziehen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen.

**Spinatsoße:** Den Spinat verlesen, waschen und die groben Stiele entfernen. Etwa eine Messerspitze Schale der Zitrone abreiben. Den Spinat mit Knoblauch in der Brühe kurz erhitzen, die Sahne angießen und nur kurz köcheln lassen. In einen Rührbecher geben und mit dem Stabmixer pürieren, wieder in den Topf gießen. Mit Zitronenabrieb und Muskatnuss würzen. Butter und braune Butter hinein mixen und mit Chilipulver und Salz abschmecken.

**Kabeljau:** Die Kabeljaufilets trocken tupfen und in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze im Olivenöl beidseitig insgesamt circa sechs bis sieben Minuten braten. Die Pfanne vom Herd nehmen und den Fisch in der Nachhitze noch einige Minuten saftig durchziehen lassen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Chilisalز würzen.

**Sirup:**

In einer Pfanne den Puderzucker hell karamellisieren, mit Balsamico ablöschen und sirupartig einköcheln lassen. Mit dem Granatapfelsirup verrühren.

**Anrichten:** Die Rosinen klein hacken. Die Spinatsoße auf vertieften warmen Tellern verteilen, das Risotto in die Mitte setzen, je ein Kabeljaufilet darauf setzen, nach Wunsch Rosinen darauf streuen und den Sirup außen herum träufeln.

Alfons Schuhbeck am 01. Juli 2011