

Risoni mit geschmortem Mangold

Für 4 Personen

1 rote Chilischote	100 g Feta	7 EL Olivenöl
350 g Risoni	Salz	1 Bund bunter Mangold
12 Kirschtomaten	3 Schalotten	2 Knoblauchzehen
Pfeffer	Apfelsüße	ca. 80 ml Gemüsebrühe
30 g Parmesan	2 EL Butter	

Chili der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und Chili sehr fein schneiden. Feta fein zerbröseln, Chili und 2-3 EL Olivenöl zugeben und gut durchmischen. Die Risoni in Salzwasser ca. 7 Minuten bissfest garen, abschütten und abtropfen lassen.

In der Zwischenzeit Mangold waschen, die Blätter von den Stielen trennen. Die Stiele in Rauten schneiden. Kirschtomaten waschen und halbieren. Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. 2/3 der Schalotten in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anschwitzen, die Hälfte vom Knoblauch zugeben, dann die Mangolddrauten zugeben und 2-3 Minuten anschwitzen, anschließend die grob geschnittenen Blätter dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Apfelsüße würzen. Zuletzt die Kirschtomaten untermischen und mit 1 EL Olivenöl abglänzen.

In einem Topf mit 1 EL Olivenöl die restliche Schalotte und Knoblauch anschwitzen, die abgetropften Risoni zugeben, Brühe angießen und kurz aufkochen. Parmesan fein reiben und mit Butter vorsichtig unter die Risoni rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Risoni in der Tellermitte anrichten, geschmorten Mangold darauf geben, je 1 -2 EL marinierten Feta obenauf geben und servieren.

Tarik Rose am 05. Juni 2015