

Pistazien-Risotto mit Hähnchen-Brust

Für 2 Personen

2 Hähnchenbrüste, a 180 g	40 ml Weißwein	225 ml Gemüsefond
75 g Risottoreis	0,5 TL Fenchelkörner	0,5 TL Lavendelblüten
1 Zwiebel	1 Schote Vanille	2 Zehen Knoblauch
1 Orange, unbehandelt	1 Msp. Safran-Fäden	20 g Pistazienkerne, ungesalzen
4 EL Olivenöl, mild	1 EL Butter	1 Prise Chiliflocken, mild
1 Ingwer	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Die Zwiebel abziehen, würfeln und eine Hälfte in einem Topf bei milder Hitze in einem Esslöffel Olivenöl glasig anschwitzen. Den Reis dazu geben und solange mitschwitzen lassen, bis die Reiskörner heiß sind. Mit dem Weißwein ablöschen, einköcheln lassen, mit etwas Gemüsefond aufgießen und unter ständigem Rühren immer wieder etwas Gemüsefond hinzugeben. Diesen vom Reis aufsaugen lassen, bis die Reiskörner nach 15 bis 20 Minuten noch etwas Biss haben. Zwei Streifen der Orangenschale abreißen. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Die Vanilleschote aufschneiden und ein Viertel des Marks herauskratzen. Den Fenchel in einem Mörser zerreiben und nach etwa zehn bis 15 Minuten mit dem Lavendel, dem Vanillemark, einer Knoblauchzehe, einem Streifen Orangenschale und dem Safran in das Risotto rühren. Zum Schluss die Pistazien dazu geben, einen Esslöffel Olivenöl hinein rühren, die ganzen Gewürze entfernen und mit Salz und Chili abschmecken. Die Hähnchenbrüste waschen, trocken tupfen, in einer Pfanne in zwei Esslöffeln Öl auf beiden Seiten hell anbraten, auf das Ofengitter legen und in 25 bis 30 Minuten saftig durchziehen lassen. Den Ingwer schälen und eine Scheibe davon abschneiden. In einer Pfanne die Butter bräunen mit dem restlichen Knoblauch, der Ingwerscheibe und der Orangenschale erwärmen, die Hähnchenbrüste nach dem Garen darin wenden und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Risotto in warmen tiefen Tellern anrichten und je ein Hähnchenbrust darauf setzen.

Alfons Schuhbeck am 30. Oktober 2009