

Reis-Kroketten mit Tomaten-Dip

Für zwei Personen

Für die Reis-Kroketten:

120 g Hähnchenbrustfilet	3 rohe Riesengarnelen	150 g Risottoreis
50 g aufgetaute TK-Erbsen	40 g Wiesenkräuter	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	2 Eier	75 g Manchego-Käse
100 ml Weißwein	500 ml Geflügelfond	50 g Mehl
200 g Semmelbrösel	½ TL Safranfäden	Olivenöl
Sonnenblumenöl	Salz	Pfeffer

Für den Tomaten-Dip:

100 g getrock. Öl-Tomaten	3 Anchovis in Öl	20 g Wiesenkräuter
150 g Mayonnaise	Cayennepfeffer	Zucker, Salz

Für die Garnitur:

10 g Wiesenkräuter	3 EL Olivenöl
--------------------	---------------

Für die Reis-Kroketten:

Die Schalotte und Knoblauch abziehen, fein hacken und in einem Topf in Olivenöl anschwitzen. Risottoreis und Safran hinzufügen, kurz mitdünsten, dann mit Weißwein und Geflügelfond ablöschen. Mit Salz würzen. Hähnchenbrust halbieren und mit den Garnelen hineingeben.

Alles knapp unter dem Siedepunkt ca. 15 Minuten garen lassen.

Hähnchenbrust und Garnelen entnehmen und fein hacken. Erbsen unter den Reis mischen. Kleingehackte Garnelen und Hähnchenbrust wieder hinzugeben. Manchego-Käse grob reiben, zum Reis geben und unterrühren. Wiesenkräuter abbrausen, trockenwedeln, feinhacken und unterheben. Reismasse mit Salz und Pfeffer würzen und erkalten lassen.

Eier aufschlagen und verquirlen. Eine Panierstraße mit Mehl, Eiern und Semmelbrösel aufbauen. Aus dem Reis mithilfe von zwei Esslöffeln Nocken formen. Diese zuerst in Mehl wenden, dann durchs Ei ziehen und anschließend in den Semmelbröseln panieren. Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen. Kroketten darin goldbraun ausbacken. Anschließend auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Tomaten-Dip:

Tomaten abtropfen lassen und grob hacken. Wiesenkräuter abbrausen und trockenwedeln. Alles zusammen mit Sardellen und Mayonnaise in einen Mixer geben und mit Salz würzen. Masse zu einer Paste pürieren.

Mit Cayennepfeffer und etwas Zucker abschmecken.

Für die Garnitur:

Wiesenkräuter abbrausen, trockenwedeln und über Kroketten geben. Mit Olivenöl beträufeln.

Johann Lafer am 16. September 2022