

Gemüse-Risotto mit Ingwergarnelen

Ein leichtes asiatisches Gericht mit herrlichen Gewürzen.

Zutaten für 4 - 6 Personen

4 Stangen Zitronengras
2 Limetten
40 g frische Ingwerwurzel
2 Knoblauchzehen
2 EL Sojasauce
2 TL Chilipaste
750 g Riesengarnelen (ca. 20 Stück, o. Kopf mit Schale)
300 g Karotten
500 g kleine Zucchini
Salz
100 g Schalotten
10 EL Öl
300 g Risottoreis
8 dl Asia-Fond (Fertigprodukt oder Kalbsfond)
8 dl trockener Weißwein
1 TL brauner Zucker

Vom Zitronengras die holzigen äußeren Schichten entfernen. Das weiche innere sehr fein hacken. Limettenschale dünn abreiben, Saft auspressen. Ingwer schälen, reiben. Knoblauchzehen pellen und pressen. Alles mit Sojasauce und Chilipaste vermischen. Garnelen aus den Schalen befreien (die Schwanzflossen dranlassen), entdarmen, mit der Würzpaste vermengen und abgedeckt kühl halten. Karotten und Zucchini putzen und auf einer Gemüseraspel getrennt in dünne Stifte hobeln. Die Zucchinihölzer mit Salz vermengen. Das Gemüse zur Seite stellen.

Schalotten pellen, fein hacken und in 6 El heißem Öl in einem Topf anschwitzen. Den Reis trocken dazugeben und ebenfalls 1–2 Minuten anschwitzen. Hitze herunterschalten, den Fond nach und nach dazugießen. Dabei hin und wieder umrühren und jeweils Fond nachgießen, wenn der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat (der Risotto sollte nach 10–20 Minuten fertig sein).

In den fertiggestellten Risotto die Karottenstifte einrühren und zugedeckt 4–5 Minuten darin garen. Danach die Kochplatte ausstellen (Gas kleinste Einstellung), die Zucchinihölzer unterrühren und 2–3 Minuten im Risotto zugedeckt garen. Risotto mit Salz abschmecken und 4 El Wein einmischen.

Das restliche Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Garnelen im heißen Öl 4–5 Minuten braten; dabei einmal wenden. Den Risotto auf einer vorgewärmten Platte verteilen, die Garnelen drauflegen. Die restliche Marinade mit dem restlichen Wein und dem braunen Zucker in der Pfanne kurz aufkochen und über die Garnelen geben.

Weintipp: Dazu passt ein fruchtiger Weisswein aus Norditalien oder Spanien oder ein milder Rosé aus dem Wallis.

Aus unserem Sortiment:

Sauvignon blanc, Gran Castillo, Valencia
Pinot Grigio, Cabert, Friaul
Dôle blanche, Valais