

Safran-Risotto mit grünem Spargel, Cranberrys und Pistazien

Lecker, lecker und wenig Arbeit bei maximalem Ergebnis.

Das perfekte Risotto Milanese, erfunden in Mailand soll cremig, schlotzig (iihhh) und Biss haben.

Das cremige und schlotzige bekommt man erstens durch den Arborio Reis und zuletzt durch Zugabe von Parmesan und etwas Butter hin. Es liegt mir dann immer wie „fester Beton“, Ihr werdet diesen Begriff öfters, im Zusammenhang mit „schweren Gerichten“ lesen, im Magen.

Mein Safran-Risotto wird auch mit Arborio Reis aber ohne Parmesan und Butter zubereitet.

Ich verspreche Euch, bei meinem Risottos werdet Ihr keinen Betonbauch bekommen.

Es schmeckt wunderbar körnig und lecker.

Und los geht's!

Zutaten für 4 Personen:

300g Arborio Risottoreis

1-2 kleine rote Zwiebeln

1 Knoblauchzehe

1 L Gemüsebrühe

(Rezept findet Ihr in meinem Blog)

250ml Weisswein

0,3g Safranfäden (bitte unbedingt aus den Bioläden)

500g grüner Spargel

200g Erbsen (ich verwende nur frisch gepahlte Erbsen)

5 EL Olivenöl

50g Cranberrys

50g Pistazien

1 Bund Minze

Salz und Pfeffer nach belieben

Schritt 1

Die Safranfäden in ca. 100ml warmen Wasser einweichen.

Spargel im unteren Drittel schälen und in mundgroße Stück schneiden.

In kochendem Salzwasser etwa 2-3 Min. blanchieren.

Abschütten und mit kaltem Wasser abschrecken. Beiseite stellen.

Die frischen Erbsen pahlen oder die TK-Erbsen auftauen, bis wir sie benötigen.

Cranberrys und Pistazien grob hacken, die Minze fein hacken, alles Beiseite stellen.

Schritt 2

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken.

5 EL Olivenöl in einem breiten Topf oder Bräter erwärmen und darin Zwiebel und Knoblauch kurz andünsten.

Dünsten bitte nicht braten!

300g Risottoreis dazugeben, umrühren und weiter dünsten, bis der Reis glasig wird. Mit dem Weisswein ablöschen, umrühren und Deckel drauf. (Wir möchten doch gerne dass sich das Aroma mit dem Reis verbindet).

Schritt 3

Sobald der Weisswein vom Reis aufgesogen ist, heisse Gemüsebrühe zugeben. Der Reis sollte „fingerdick“ von der Brühe bedeckt sein. Deckel drauf, ab und zu umrühren. Nach der Hälfte der Brühe bitte nun auch die aufgeweichten Safranfäden zugeben.

Schritt 4

Das Risotto weiterköcheln, der Reis sollte noch einen leichten Biss haben.

Jetzt alle Zutaten, Spargel, Erbsen, Cranberrys, Pistazien zugeben, umrühren und abgedeck ca. 5 Min. weiter ziehen lassen. Zum Schluss mit weissem Pfeffer und Salz abschmecken und direkt servieren. Als Deko noch die gehackte Minze drüberstreuen.

Bon appetito.