

Kochen

Mira Maurer

Mittwoch, 18.12.2024

Kürbis-Risotto mit Orangen-Chicorée

Für 4 Personen

Zutaten

Für das Risotto

300 g Kürbisfruchtfleisch, z. B. Hokkaido
 etwas Salz
 1 Schalotte
 1 Knoblauchzehe
 2 EL Olivenöl
 250 g Risottoreis (z. B. Arborio)
 50 ml Weißwein alternativ 30 ml Gemüsebrühe
 und 20 ml Weißweinessig
 etwas Pfeffer
 1 Liter Gemüsebrühe
 80 g Parmesan oder anderer Hartkäse
 40 g Butter



Für den Chicorée

4 Kolben Chicorée
 1 EL Zucker, braun
 2 EL Butter
 2 Bioorangen
 2 Stiele Thymian
 50 ml Weißwein oder 30 ml Apfelsaft und etwas 20 ml Weißweinessig
 etwas Salz
 etwas Pfeffer

Außerdem

2 Stiele Petersilie, nach Belieben
 1 EL Walnüsse, gehackt, geröstet, nach Belieben

Zubereitung

1. **Für das Risotto** Kürbisfruchtfleisch in ca. 1 cm große Würfel schneiden.
2. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken.
3. In einem Topf das Öl erhitzen. Schalotte und Knoblauch darin andünsten.
4. Den Reis zugeben und etwa 2 Minuten unter Rühren glasig dünsten.
5. Den Wein unterrühren und fast vollständig einköcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Anschließend Brühe nach und nach unter Rühren zugeben, jeweils einköcheln lassen und wieder Flüssigkeit zugeben, bis der Reis nach ca. 25 Minuten gar ist.
7. **In der Zwischenzeit den Chicorée**, putzen, längs halbieren. Den Strunk keilförmig herausschneiden, dabei darauf achten, dass die Blätter zusammenbleiben. Orangen heiß abbrausen und etwa 1 -2 TL Schale dünn abreiben. Orangen auspressen, sollte ca. 100 ml Saft ergeben.
8. Thymian abbrausen, trocknen. Einen Stiel des Thymians grob zerzupfen, vom zweiten Stiel, die Blättchen abzupfen.
9. Zucker in einer großen Pfanne karamellisieren lassen. Butter unterrühren.
10. Chicoréehälften mit der Schnittfläche nach unten in die Pfanne legen und ca. 1-2 Minuten anbraten. Anschließend wenden und die andere Seite ebenfalls anbraten.
11. Orangensaft und -schale, Wein und Thymianstiele zum Chicorée geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.
12. Den Sud um ca. die Hälfte einköcheln lassen, dabei den Chicorée immer wieder mit dem



Sud begießen. Den Chicorée erneut wenden und insgesamt ca. 10-15 Minuten garen. Das entscheidet der persönliche Geschmack, wie bissfest bzw. weich der Chicorée werden soll

13. **Für das Risotto** Parmesan oder anderen Hartkäse reiben.

14. Käse und Butter unter den Risotto rühren und erneut abschmecken.

15. Petersilie abbrausen, trocknen und fein schneiden. Chicorée nochmal abschmecken.

16. Risotto mit Petersilie und Walnüssen bestreuen und den Chicorée dazu servieren.

Tipp: Wer noch Kürbis übrig hat, kann z. B. eine Suppe daraus zubereiten oder einlegen. Kürbis dafür in hauchdünne Spalten schneiden oder hobeln. Kürbisspalten in einem Sud aus Wasser und Weißweinessig (Mischung: 2:1), Salz, Pfeffer, etwas Zucker und Gewürzen wie Chili, Senfkörner oder Piment aufkochen. Anschließend beiseitestellen und mindestens 15 Minuten ziehen lassen, für eine sofortige Verwendung oder in sterile Gläser füllen und verschließen. Kühl gelagert caa. 4 Wochen haltbar.