

BELLA POLETTO

Die echte italienische Küche – in unserer Serie zeigt Sterneköchin Cornelia Poletto, wie die leckersten Rezepte aus Bella Italia garantiert gelingen. Zum Sammeln und Genießen!



Einfach ausschneiden und sammeln



FOLGE 32 Kürbis-Risotto
mit Kürbis-Chips



Cornelia Poletto entfernt vorsichtig Kerne und Fasern



Mit einem Trüffelhobel werden die Späne hauchdünn

Kürbis-Risotto

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

Zutaten (für 4 Portionen):

ca. 1 kg Hokkaido-Kürbis, 1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe, 80 g Butter, Fleur de Sel, 200 g Risotto-Reis (am besten Carnaroli-Reis), 50 ml Weißwein, ca. 800 ml heiße Hühner- oder Gemüsebrühe, ca. 80 g frisch geriebener Parmesankäse, Pfeffer aus der Mühle.

Außerdem: 1/4 l Öl zum Frittieren, 4 EL Kürbiskerne, 4 EL Kürbiskernöl.

- Das faserige Innere des Hokkaido-Kürbisses samt Kernen mit einem Esslöffel herauslösen. Kürbis in dicke Spalten schneiden und schälen.
- Für die Kürbis-Chips von einer Kürbisspalte mit einem Trüffelhobel ca. 80 g hauchdünne Späne abhobeln, beiseitelegen. Restlichen Kürbis in kleine Würfel schneiden.
- Schalotte und Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. In 30 g Butter glasig dünsten. Kürbiswürfel zugeben, andünsten und leicht salzen. Reis zufügen, unter Rühren andünsten. Mit Weißwein ablöschen, einkochen lassen.
- So viel von der heißen Brühe zum Risotto gießen, dass es knapp davon bedeckt ist. Flüssigkeit unter Rühren langsam einkochen lassen. Vorgang so lange wiederholen, bis das Risotto cremig ist, die einzelnen Körner aber noch Biss haben (ca. 20 Minuten).
- In einem kleinen Topf das Öl erhitzen und die Kürbisspäne darin portionsweise goldbraun frittieren. Mit einer Schaumkelle herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. In einer kleinen Pfanne die Kürbiskerne anrösten, herausnehmen.
- Restliche 50 g Butter und den Parmesan unter das Risotto heben, abschmecken. Auf Portionsschalen verteilen. Jeweils eine kleine Mulde hineindrücken, das Kürbiskernöl hineingeben. Kürbiskerne und Kürbis-Chips darauf verteilen.

Pro Portion:

ca. 620 kcal, 15 g Eiweiß, 40 g Fett, 45 g Kohlenhydrate

- * Haben Sie ein Rezept aus unserer Serie mit Cornelia Poletto verpasst? Unter www.fuer-sie.de können Sie sich alle bisher erschienenen Folgen herunterladen.

Polettos Wein-Tipp

Zum Risotto mit Kürbis passt ein Weißwein aus dem Friaul, meint Remigio Poletto: „Ich empfehle den vollmundigen 2007 Pinot Grigio COF des Winzers Livio Felluga mit zarten mineralischen Noten und einem feinen Birnenaroma.“ Zu bestellen ist er für 17,50 Euro bei wein@poletto.de

