

## 12. Kalenderwoche 2015

# REZEPTE zur Gourmetkiste

## Radicchio-Risotto mit Lachsforelle

**Zutaten:**  
für 4 Personen



**Zubereitung:**  
Ca. 50 Min.

2 EL Fenchelsamen  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
2 EL Olivenöl  
30 g Pinienkerne  
200 g Risotto-Reis

400 ml Gemüsebrühe  
100 ml trockener Weißwein

1 Zitrone  
400 g Lachsforellenfilet  
Salz  
Pfeffer

100 g Radicchio Salat

Fenchel mit 300 ml kochendem Wasser aufgießen und ca. 15 Minuten ziehen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.

1 EL Öl in einem Topf erhitzen, Pinienkerne darin kurz rösten, herausnehmen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel im Öl bei schwacher Hitze glasig dünsten. Reis zufügen, kurz mit anschwitzen. Fencheltee durch ein feines Sieb gießen. Nach und nach Fencheltee, Brühe und

Wein zum Risotto gießen, dabei immer wieder umrühren. Nächste Portion Flüssigkeit immer erst zugießen, wenn der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat. Insgesamt 30–35 Minuten garen.

Zitrone heiß waschen, trocken reiben und halbieren. Aus einer Hälfte Saft auspressen, andere Hälfte in Spalten schneiden. Fisch waschen, trocken tupfen und in Tranchen schneiden. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.

1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und Fisch darin erst auf der Hautseite ca. 2 Minuten anbraten, dann wenden und weitere ca. 2 Minuten braten. Radicchio putzen, waschen und grob würfeln. Pinienkerne und Radicchio unter das fertige Risotto rühren. Mit Salz, Pfeffer und übrigem Zitronensaft abschmecken. Risotto und Fisch auf Tellern anrichten. Mit Zitronenspalten garnieren.

## Knollensellerie mit Orangen-Hähnchen

**Zutaten:**  
für 4 Portionen



**Zubereitung:**  
ca. 45 Min.

8 EL Orangensaft  
4 EL Orangenmarmelade  
Salz, Pfeffer  
4 kleine Hähnchenfilets (à ca. 120 g)  
600 g festkochende Kartoffeln  
1 Orange  
800 g Knollensellerie  
2 EL Olivenöl

200 ml Orangensaft

6 Stiele Zitronenthymian  
1 - 2 EL Speisestärke

Für die Marinade Orangensaft und Orangenmarmelade verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Fleisch waschen, trocken tupfen und in die Marinade einlegen.

Kartoffeln waschen und in reichlich Wasser kochen.

Orange waschen, trocken reiben und 2 Scheiben abschneiden. Übrige Frucht anderweitig verwenden. Sellerie schälen, waschen und in mundgerechte Streifen schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, Fleisch aus der Marinade nehmen, trocken tupfen und im heißen Öl von jeder Seite ca. 3 Minuten braten. Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm halten. Orangenscheiben von jeder Seite kurz anbraten, herausnehmen und zum Hähnchen geben. Sellerie in der Pfanne anbraten, 100 ml Orangensaft und 100 ml Wasser dazugießen. Aufkochen, ca. 5 Minuten köcheln und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen (einige zum Dekorieren nehmen). Stärke in 2 Esslöffel Wasser glatt rühren. Soße damit binden, nochmals aufkochen. Kartoffeln abgießen und in Scheiben schneiden. Kartoffeln, Fleisch, Orange und Gemüse mit Soße auf Tellern anrichten. Thymianblättchen darüberstreuen.