

Warmer Carnaroli-Reis mit gebratenem Gemüse

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------|---------------------------|----------------------------|
| 1 Schalotte | 3 EL Olivenöl | 100 g Risottoreis |
| ca. 350 ml Gemüsebrühe | 1 Zitrone, unbehandelt | 1/2 Bund glatte Petersilie |
| Salz, Pfeffer | 1 Peperoni | 1 Fenchelknolle |
| 2 Karotten | 2 Stangen Staudensellerie | 3 Frühlingszwiebeln |
| 1 TL Sojasoße | | |

Die Schalotte schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl den Reis kurz anschwitzen, dann ca. 250 ml Brühe hinzufügen und ca. 15 Minuten zugedeckt leicht köcheln lassen. Von der Zitrone etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Wenn der Reis die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen hat, etwas Zitronenschale und -saft sowie Petersilie untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für das Gemüse Peperoni halbieren, das Kerngehäuse entfernen und fein schneiden. Fenchel putzen und in Scheiben schneiden. Karotten schälen und in längliche dünne Scheiben, Stangensellerie in Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln vierteln. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl Peperoni, Karotten und Fenchel anschwitzen. Stangensellerie und zuletzt die Frühlingszwiebeln zugeben. Das Gemüse leicht anrösten, mit 80 ml Gemüsebrühe ablöschen. Mit etwas Zitronenschale und Sojasoße abschmecken. Den Reis anrichten und das gebratene Gemüse dazu reichen.

Vincent Klink Mittwoch, 26. August 2009