

Fregola Risotto mit Chili Schinken

16.November 2022

Idee dahinter:

Fregola ist gerade in aller Munde und ich habe daraus ein köstliches Risotto gekocht. Im Grunde ist es ein Nudelrisotto und der feurige Chilischinken passt perfekt zur kalten Jahreszeit.

Zutaten:

1 Packung Chili Schinken
200 g Fregola Sarda
120 ml Weisswein
650 ml Gemüsesuppe
200 g Kohlsprossen
1 Schalotte
2 Knoblauchzehen
4 Kräuterseitlinge
4 Zweige frischer Thymian
2x 50 g Parmesan
1 EL Butter
Öl zum Herausbacken

Zubereitung:

1. Auch wenn das Risotto recht rasch zubereitet ist, beginnen wir damit die Kohlsprossen zu reinigen, halbieren diese, legen sie in eine Auflaufform und streuen 50 g Parmesan darüber. Nun backen wir die Sprossenhälften gut 20 Minuten im Backrohr bei mittlerer Hitze.
2. Als nächstes schneiden wir die Kräuterseitlinge und braten diese in einer Pfanne an. Nun Schalotte und Knoblauch schälen und klein schneiden.
3. In die Pfanne von vorhin geben wir etwas Öl und rösten die klein geschnittene Schalotte mit dem Knoblauch leicht an und fügen dann 4 Blätter des Chilischinkens, welchen wir auch klein geschnitten haben, hinzu.
4. Der Schinken soll leichte Röstaromen entwickeln. Anschließend geben wir auch die Fregola im rohen Zustand in die Pfanne und löschen sofort mit dem Weisswein ab.

5. Kurz einkochen lassen und mit der Gemüsesuppe aufgießen. Den Thymian rebeln, mit in die Pfanne geben und für gut 8 Minuten einkochen lassen.
6. Nach 8 Minuten ist die Fregola zwar eingekocht, aber es sollte noch etwas Flüssigkeit vorhanden sein. Den restlichen Parmesan fügen wir mit der Butter dem Risotto nun zu und lassen es weitere 3-4 Minuten einkochen bis es cremig ist.
7. Mit dem restlichen Chilischinken, den Kohlsprossen und den Pilzen garnieren wir unseren Teller und bei Bedarf toppen wir mit Parmesan.

