

Risotto alla Milanese

99

Typ: Verschiedenes **Quelle:** Brigitte Sonderheft 20/90

Bemerkungen: Bei der Zubereitung von Risotto kommt es auf die Reissorte an. Nur mit italienischem Rundkornreis (Aborio, Avorio oder Vialone) gelingt das Risotto. Bei uns gibt es von einigen Firmen mittlerweile diesen Reis als "Risotto-Reis" zu kaufen.

Zutaten: (2 Portionen)

1 kleine Zwiebel,
1 Rindermarkknochen (sollte etwa
20 g Mark haben),
150 g Risotto-Reis,
3/4 L Rinderfond oder Fleischbrühe (Instant), 1 Briefchen Safran,
Salz,
30 g Butter,
30 g frisch geriebener Parmesankäse.

Rezept: Zwiebel abziehen und hacken. Das Knochenmark aus dem Knochen lösen und fein hacken. In einem Topf erhitzen und anbraten. Zwiebelwürfel und Reis zufügen und glasig dünsten. Etwa einen Achtelliter Fond oder Brühe zugießen. Fast vollkommen verdampfen lassen. Restliche Brühe oder Fond nach und nach dazugeben. Dabei möglichst oft umrühren, damit der Reis nicht ansetzt (das dauert etwa 20 Minuten). Kurz vor Ende der Garzeit den in etwas Brühe angerührten Safran unterrühren. Mit Salz abschmecken. Die Butter und die Hälfte des Parmesankäses unter den Reis rühren. Der fertige Reis soll noch etwas "Biß" und eine feuchte Beschaffenheit haben. Mit restlichem Parmesankäse bestreuen

(pro Portion ca. 500 Kalorien). Fertig in 30 Minuten