

# Risotto Grundregeln

Risotto-Rezepte und Kocharten gibt es so viele wie Risottoköche. Die im folgenden beschriebene Zubereitungsart stammt in den Grundzügen von Gabriele Ferron er trägt mit Recht den Spitznamen: „il Re del Riso“. In unserer Kochgruppe haben wir am gleichen Abend Risotto nach einem guten Dutzend verschiedenen Methoden zubereitet und anschließend verkostet. Das Resultat war einstimmig: Das Risotto nach der unten beschriebenen Methode war eindeutig das Beste.

Für gewöhnlich rechnet man 70 bis 100 Gramm Reis pro Person. Der Reis sollte nicht gewaschen werden, weil er sonst seine Stärke verliert. Zum Kochen eignet sich am besten ein mittelhoher, schwerer Topf mit weitem Boden. Risotto sollte ohne Deckel gekocht und mit einem Holzlöffel umgerührt werden.

Ist im Rezept eine Zwiebel angegeben, sollte diese kleingeschnitten und in halb Öl, halb Butter gedünstet werden. Bei Schwierigkeiten mit Cholesterin empfiehlt es sich, Olivenöl extra vergine zu verwenden. In Norditalien, wo das Risotto seine Heimat hat, verwendet man in der Regel Butter.

Wenn die Zwiebeln glasig gedünstet sind, wird der Reis hinzugegeben und umgerührt (kurz mitgedünstet).

Nun ein wenig Weisswein angießen (manche Rezepte schreiben auch Rotwein oder Schaumwein vor), sobald der Wein vollständig aufgesogen ist, wird mit einem Schöpflöffel nach und nach kochendheisse Brühe zugefügt. Der Reis sollte immer ein wenig mit Brühe bedeckt sein und ständig köcheln. Auf keinen Fall sollte das Risotto allzu häufig umgerührt werden. Nur so oft umrühren, dass der Reis nicht ansetzt. Anderenfalls brechen die Körner, Stärke dringt aus und das Risotto wird pampig und unansehnlich.

Nachdem zum ersten Mal Brühe zugegossen wurde, muss Risotto (Vialone, Carnaroli) gute 18 Minuten garen (Packungsangaben beachten).

Für die meisten Risotto-Rezepte gilt:

Sobald der Topf vom Feuer ist, ein Stück Butter und wenig Parmesan unterrühren. Nach Belieben kann der Parmesan auch getrennt dazu gereicht oder weggelassen werden - in Italien gehört er so gut wie immer dazu.

Risotto sollte wenn möglich „all'onda“ gegart werden, das heisst, der Reis sollte noch etwas Biss haben und eine Welle bilden, wenn der Topf bewegt wird. Er darf weder zu trocken sein, noch darf er in Flüssigkeit schwimmen. Die Flüssigkeitsmenge ist in der Regel etwa das Dreifache des Reisgewichtes.

Voraussetzung ist natürlich Reis von hoher Qualität. Riso Nano, Carnaroli oder gute Vialone-Qualitäten zum Beispiel von Ferron. Diese kosten das Kilo zwischen 5-10 Franken und sind auch Geschmacklich so gut, dass Parmesan, Butter und ähnliches das Risotto nicht mehr besser machen....

## Risotto Ticinese (Steinpilzrisotto)



- 250 g Vialone Reis
- 1 El Öl
- 1 kleine Zwiebel
- 1/2 dl Weisswein
- getrocknete Steinpilze (oder wenn vorhanden, frische)
- 5 dl Hühnerbrühe
- Salz, Pfeffer
- 3 El Rahm (nach Bedarf)

Getrocknete Steinpilze 10 Minuten in Milchwasser einweichen. Gehackte Zwiebeln im heissen Öl dämpfen, Reis zufügen, mit Weisswein ablöschen und vollkommen einziehen lassen. Abgetropfte Steinpilze, Pfeffer, Salz,  $\frac{3}{4}$  der heissen Hühnerbrühe dazugeben und gute 15 Minuten kochen, dabei nur so oft rühren, dass der Reis nicht am Pfannenboden klebt. Restliche Bouillon zufügen und weitere 2 Minuten kochen bis der Reis al Dente ist. Nach Bedarf abschmecken, nach Belieben Rahm beifügen und sofort servieren.