

Kochen mit Klaus

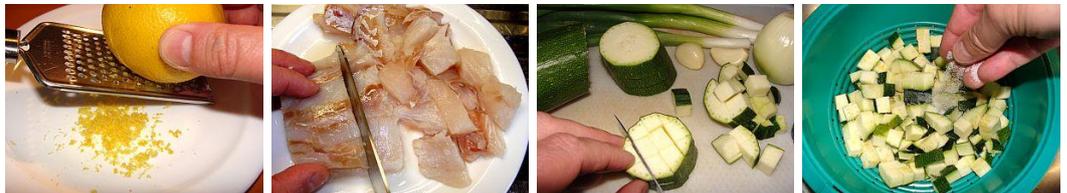
Risotto mit Seelachs & Zucchini

Zutaten: (Für 4 Personen)

- 200 g Staudensellerie, 1 Zwiebel, 2 Knobizehen, 1 Zitrone, Salz,
- 3 Lauchzwiebeln, 650 ml Hühnerbrühe, 180 g Arborio-Reis, Pfeffer,
- 100 ml Weißwein, 2 EL Tomatenmark, 200 g TK-Seelachs, 1 rote Chili
- 400 g Zucchini, 1 TL Zucker, je 1 EL TK-Dill & Petersilie

Zubereitung:

1. Schale von 1 Zitronenhälfte abreiben u. halbieren. Hälfte mit Schale längs vierteln. Fisch auftauen lassen, mit Zitronensaft beträufeln u. in Stücke schneiden. Zwiebel u. Knobi fein würfeln. Zucchini würfeln u. salzen. Sellerie putzen, mit Lauchzwiebeln in Ringe schneiden.



2. Chili fein hacken, mit Zwiebeln u. Knobi in Öl andünsten. Sellerie u. Reis 5 Min. mitbraten. Zucchini gut abtropfen lassen, zugeben u. kurz mitbraten. Brühe nach u. nach unter Rühren zugeben. Tomatenmark u. Wein verrühren, zugießen.



3. Fisch u. Lauchzwiebeln unterheben. Abgedeckt ca. 25 Min. köcheln lassen. Mit restl. Zitronensaft, Zitronenschale, Zucker, Salz u. Pfeffer abschmecken. Kräuter einrühren.



Tipp des Chaoten: Mit Zitronenspalten und Chili garnieren!



Erstellt von Klaus am 08.10.2013