Artikel vom 18.06.2025 · Ausgedruckt am 12.11.2026, 17:24 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/spargelrisotto-mit-lachs

Spargelrisotto mit Lachs



Foto: Nadine Hörster

Zutaten (für 4 Personen):

250 g Risotto-Reis (zum Beispiel Arborio)

1 l Gemüsebrühe

500 g Spargel

1 Zwiebel

1 chinesische Knoblauchknolle

50 bis 100 ml trockenen Weißwein

75 bis 100 g Parmesan

2 EL Olivenöl

125 g Butter

Safranfäden (optional)

Salz

gemahlener Pfeffer

1 EL gehackte

glatte Petersilie

4 Stücke Lachs à 150 g

Mehl zum Bestäuben

1 EL gehackten Dill

Butter zum Braten

Zubereitung:

Brühe in einem kleinen Topf erhitzen und warmhalten. Parmesan reiben und beiseitestellen. Safran in ein wenig Wasser geben und aufweichen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen und sehr klein würfeln. Spargel schälen und Enden abschneiden, dann schräg in dünne Scheiben schneiden. Spargelscheibchen in einer Pfanne mit ein wenig Butter braten, mit etwas Salz und Pfeffer würzen, beiseitestellen. Olivenöl in einen Topf oder eine Pfanne geben, Zwiebel und Knoblauch glasig anbraten, Reis zugeben und leicht anbraten. Reis mit Weißwein ablöschen. Sobald der Wein weitestgehend verdampft ist, mit einer Suppenkelle Brühe und dem Safran-Wasser aufgießen und unter ständigem Rühren köcheln lassen. Diesen Vorgang mit der Brühe so lange wiederholen, bis der Risottoreis fast gar ist. Spargel zufügen, Parmesan und Butter nach und nach zugeben

und unterrühren, bis das Risotto eine cremige Konsistenz hat. Wenn es zu dick wird, noch etwas Brühe angießen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Lachs falls nötig von der Haut ablösen, von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. Überschüssiges Mehl abklopfen. Butter in einer Pfanne schmelzen, Lachs und Dill hinzugeben und von beiden Seiten anbraten. Risotto auf Tellern anrichten, Lachs daraufsetzen und mit Petersilie bestreut servieren.

Nadine Hörster