

## **Sechskornrisotto mit Scharbockskraut und Scharbockskrautwurzel-Tempura** - Für vier Personen

Rezept von Jean-Marie Dumaine ([www.vieux-sinzig.com](http://www.vieux-sinzig.com))

### **Zutaten:**

#### **Risotto:**

|        |                                       |
|--------|---------------------------------------|
| 50 g   | Wildreis                              |
| 50 g   | Grünkern                              |
| 50 g   | Amaranth                              |
| 50 g   | Perlgraupen                           |
| 50 g   | Basmatireis                           |
| 50 g   | Risottoreis (Carnaroli)               |
| ½ l    | Gemüsefond                            |
| 3 EL   | Olivenöl                              |
| 1      | große Schalotte, gewürfelt            |
| 100 ml | Weißwein                              |
| 6      | Safranfäden                           |
| 50 g   | Mascarpone                            |
| 50 g   | Parmesan, gerieben                    |
| 4 EL   | Sahne                                 |
| 80 g   | Scharbockskraut, klein<br>geschnitten |
|        | Meersalz, Pfeffer aus der Mühle       |

#### **Tempurateig:**

(Erst 10 Minuten vor dem Backen zubereiten!)

|        |                  |
|--------|------------------|
| 1      | Eigelb           |
| 100 ml | eiskaltes Wasser |
| 60 g   | Mehl, gesiebt    |
| ½ TL   | Backpulver       |

#### **Scharbockskrautwurzel-Tempura:**

|      |                          |
|------|--------------------------|
| 80 g | Scharbockskrautwurzeln   |
| ½ l  | Öl zum Frittieren        |
|      | Meersalz                 |
| 4    | Scharbockskrautblüten    |
| 8    | Scharbockskrautblättchen |

---

## **Sechskornrisotto mit Scharbockskraut und Scharbockskrautwurzel-Tempura** - Für vier Personen

### **Zubereitung:**

Für das Risotto über Nacht Wildreis, Grünkern, Amaranth und Perlgraupen getrennt in kaltem Wasser einweichen. Abtropfen lassen.

Die eingeweichten Getreide in einen Topf geben und mit dem Gemüsefond kurz garen.

1 Esslöffel Olivenöl in einem Pfännchen erhitzen. Die gewürfelte Schalotte glasig dünsten und beiseite stellen.

In einem Gusseisentopf das restliche Olivenöl erhitzen und die beiden Reissorten unter ständigem Rühren hell anrösten. Den Weißwein nach und nach dazugeben. Den Safran hinzufügen. Etwa 10 Minuten garen, dann löffelweise die Sahne darunterühren und den Risotto weitere 10 Minuten garen, bis er dickflüssig und »al dente« ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Kurz vor dem Servieren die gekochten Getreide, Mascarpone, Parmesan, die gedämpften Schalotten und das klein geschnittene Scharbockskraut unter den Risotto mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Tempurateig 10 Minuten vor dem Ausbacken alle Zutaten zu einem flüssigen Teig verrühren.

Die Scharbockskrautwurzeln in den Teig tauchen und im heißen Öl bei 80 Grad etwa 3 Minuten goldgelb ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Meersalz bestreuen. Im Backofen bei 80 Grad warm stellen.

Vier Portionerringe auf vier Teller stellen.

Das Sechskornrisotto in die Ringe verteilen und fest andrücken, dann die Ringe entfernen. Mit der Tempura umranden und mit Scharbockskrautblüten und -blättern garnieren.