Rezept

Lauchrisotto mit Limette, Lachs und Chili

Ein Rezept von Lauchrisotto mit Limette, Lachs und Chili, am 25.05.2025

Zutaten

1	kleine Bio-Limette
300 g	Lachsfilet (ohne Haut)
1	Knoblauchzehe
1 EL	Butter
50 ml	Weißwein (ersatzweise 2 EL Limettensaft und etwas Gemüsebrühe)
2 Stängel	Thymian (am besten Zitronenthymian)
½	milde grüne Chilischote
	Salz
100 g	Lauch
150 g	Risottoreis
ca. 500 ml	Fischfond (ersatzweise Gemüsebrühe)
2 EL	Crème fraîche

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 750 kcal, 36 g F, 38 g EW, 63 g KH

Zubereitung

1. Die Limette heiß waschen und abtrocknen. Die Schale fein abreiben und beiseitelegen. Den Saft auspressen. Die Chilihälfte putzen, entkernen, waschen und fein hacken.

2. Den Lachs abbrausen und trocken tupfen. Eventuelle Gräten mit den Fingerspitzen aufspüren und mit einer Pinzette herauszupfen. Das Filet in Würfel schneiden und mit 1 TL Limettenschale, etwas Limettensaft, knapp der Hälfte der Chili und Salz würzen. Lachs etwas ziehen lassen.

3. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Das Lauchstück putzen, längs halbieren und gründlich waschen. Lauchhälften längs in Streifen, dann quer in Stückchen schneiden.

4. Die Butter in einem Topf erhitzen. Etwas gehackte Chili beiseitelegen, den Rest mit Lauch und Knoblauch in der Butter bei kleiner Hitze ca. 2 Min. andünsten.

5. Den Reis dazugeben und ca. 1 Min. unter Rühren mitdünsten. Die Hitze erhöhen, den Wein dazugießen und verdampfen lassen.

6. Dann bei kleinerer Hitze nach und nach den Fond angießen, dabei die Mischung häufig umrühren. Nach ca. 20 Min. sollte der Reis die Flüssigkeit fast vollständig aufgenommen haben und sämig sein, die Körner sollten aber noch kräftigen Biss haben.

7. Die Crème fraîche dazugeben und die Lachswürfel vorsichtig unterrühren. Alles bei allerkleinster Hitze oder neben dem Herd noch ca. 3 Min. ohne Rühren ziehen lassen.

8. Zum Schluss den Risotto mit Limettensaft und Salz abschmecken. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abstreifen. Den Risotto mit den Thymianblättchen, übriger Limettenschale und restlicher Chili bestreuen und sofort servieren.