



Risoni mit Sesam Pak-Choi-Ragout

Zutaten für 4 Personen:

- 150 g Risoni
- 400 g Pak-Choi oder Mangold (in walnußgroße Stücke geschnitten)
- 3 EL Olivenöl in bester Qualität
- 2 EL Butter
- 2 EL Schalotten (o. Zwiebel) in feine Würfel geschnitten
- 2 Stk. Knoblauchzehen in feine Streifen geschnitten
- 1 Stk. Lorbeerblatt
- 1 TL Mondamin (in etwas Wasser angerührt zum Binden des Fonds)
- 2 EL gerösteten weißen Sesam
- 1/2 TL Sesamöl
- 150 ml Noilly Prat
- 300 ml Geflügelbrühe (o. Gemüsebrühe)
- 1/2 Bund glatte Petersilie in feine Streifen geschnitten

Zubereitung:

Schalottenwürfel und Knoblauch in Olivenöl und Butter farblos andünsten. Geschnittenen Pak-Choi und Lorbeerblatt zufügen, bei mäßiger Hitze anbraten. Mit Noilly Prat ablöschen und einkochen lassen. Mit Geflügelbrühe auffüllen. Pak-Choi herausnehmen und beiseite Stellen.

Den Fond mit Sylter Meersalz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Sesamöl und Risoni zufügen, ca. 6 Minuten köcheln lassen.

Wenn die Risoni al dente gekocht sind, Pak-Choi und gerösteten Sesam wieder zufügen. Die Flüssigkeit mit etwas Stärke binden und von der Hitze nehmen.

Mit Petersilienstreifen und fein geriebenem Pecorino Sardo bestreuen.

In einem tiefen Teller servieren und mit etwas Olivenöl beträufeln.