

Gebratene Scampis auf Rucola-Artischockenrisotto

(für 5 Personen)

Zutaten:

15 Stk Scampis oder Riesengarnelen
Salz und Pfeffer
200gr Risotto Reis
1 Stk Zwiebel
1 dl trockener Weisswein
ca. 5 dl heller Geflügelfond
Kaltgepresstes Olivenöl
40 gr Butter in Würfel geschnitten
3 EL geriebenen Parmesan
3 Stk Artischocken
50 gr Rucola

Zubereitung:

Olivenöl in einer kleinen Pfanne erhitzen, die geschnittenen Zwiebeln dazugeben und ca. 3 Min. ohne Farbe anschwitzen. Den Reis dazugeben und unter ständigem Rühren glasig werden lassen, mit Weisswein ablöschen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Einen Teil des Geflügelfonds dazugeben und reduzieren lassen. Diesen Vorgang immer wieder wiederholen.

Den gewaschenen Rucola und die vorgekochten und in kleine Ecken geschnittenen Artischocken einrühren.

Nach ca. 15-18 Min. mit den Butterwürfeln und dem Parmesan binden bis der Risotto eine schöne cremige Konsistenz erhält.

Die Scampis in Olivenöl braten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Risotto anrichten, in die Mitte einige mit Olivenöl beträufelte Rucolablätter legen und mit je 3 Scampis ausgarnieren und servieren.

Gutes Gelingen wünscht,

Werner Brugger