

Dorsch mit Limetten-Butter und Linsen-Risotto

😊 happy-mahlzeit.com/2021/09/08/dorsch-mit-limetten-butter-und-linsen-risotto

Zutaten für 2 Personen

Für den Dorsch:

- 1 Dorschfilet am Stück à 400 g
- 2 Stiele Rosmarin
- 2 Stiele Thymian
- Olivenöl
- Salz

Für die Limetten-Butter:

- 4 Limetten
- 60 g weiche Butter
- Salz

Für das Risotto:

- 113 g Risotto
- 113 g rote Linsen
- 6 Frühlingszwiebeln
- 1 Stück Ingwer, walnussgroß
- 2 Knoblauchzehen
- 750 ml Geflügelfond
- 1 1/2 EL Schmand
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Für die Butter die Limetten heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale fein abreiben. Die Limette halbieren und den Saft auspressen. Die Butter mit Limettenschale und Limettensaft verrühren, mit Salz abschmecken und kalt stellen.

Für das Risotto Frühlingszwiebeln abziehen und in Ringe schneiden, einige Ringe für die Garnitur beiseitelegen. Ingwer und Knoblauch schälen und beides sehr fein hacken. Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Frühlingszwiebeln andünsten, Ingwer, Knoblauch und Risotto zufügen und kurz mit andünsten. Fond nach und nach angießen und das Risotto bei kleiner bis mittlerer Hitze unter Rühren etwa 10 Minuten garen. Die Linsen kalt waschen und dazugeben. Alles weitere 10 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss den Schmand unter das Risotto heben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Dorsch kalt waschen, trocken tupfen und salzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Dorsch auf jeder Seite scharf anbraten, bis er goldbraun ist. Thymian und Rosmarin für den Geschmack mit in die Pfanne geben.

Den Dorsch mit Limetten-Butter und Linsen-Risotto auf Tellern anrichten und mit Frühlingszwiebeln garniert servieren.

Rezept: Benjamin Pluskwik

Quelle: Die Küchenschlacht vom 22. September 2016

Episode: Hauptgang & Dessert