



ZEIT AKADEMIE



Silvio Knezevic

ZEIT WOCHENMARKT KOCHKURS

Risotto

Ein Klassiker in 6 Variationen

EINLADUNG ZUM KOCHEN



Risotto ist vielseitig: Er kann als Hauptgang, Zwischengericht, Beilage oder Dessert serviert werden. Er kann süß oder würzig-kräftig schmecken. Er kann im Sommer wie im Winter serviert werden. Und er ist die perfekte Balance aus cremig-schmelzend und bissfest.

Er ist also das optimale Gericht zum Nachkochen für den ersten ZEIT Wochenmarkt Kochkurs der ZEIT Akademie.

Risotto stammt aus Italien, vor allem in Norditalien ist er das Nationalgericht. Hier werden auch die besonderen Reissorten Arborio, Vialone nano und Carnaroli angebaut. Sie zeichnen sich durch vergleichsweise große, runde Körner sowie einen hohen Stärkeanteil aus, was wichtig für die Konsistenz des Risottos ist.

Der Name Risotto kommt von »Riso cotto«, zu Deutsch »gekochter Reis«. Wobei »otto« im Italienischen eine Verniedlichung ist, man könnte also auch sagen: kleines Reisgericht.

Traditionell wird der Reis mit Zwiebeln in Olivenöl angeröstet, und dann – mit viel Ruhe und Geduld – in Brühe geköchelt. Wichtiger als jede

Maßeinheit und Mengenangabe ist hier das Gefühl für die Speise: Der Reis macht während des Garens eine Metamorphose durch, verbindet sich mit den zugefügten Zutaten, behält aber dennoch seinen ursprünglich körnigen Charakter. Der Flüssigkeit geben die Körner nur so viel von sich preis, dass eine cremig-schmelzende Masse entsteht, die zugleich bissfest ist.

Und das ist das Besondere am Risotto: seine Konsistenz. Die perfekte Balance aus weich und fest.

Um diese herzustellen, braucht es Übung. Sie müssen es selbst und immer wieder ausprobieren. Und dabei helfe ich Ihnen. Lassen Sie uns gemeinsam die Grundlagen der Risottozubereitung kennenlernen, die Hintergründe der einzelnen Zutaten und ihre Kombination verstehen und darauf aufbauend verschiedene Risottogerichte kochen. Am Ende dieses Kurses werden Sie die Vielfalt des Gerichts noch mehr schätzen und zu jedem Anlass den passenden Risotto kochen können.

VIEL VERGNÜGEN!

IHR SILVIO KNEZEVIC



RISOTTO



»BEIM KOCHEN GEHT ES DARUM, EIN GEFÜHL FÜR
DIE ZUTATEN UND DAS GERICHT ZU BEKOMMEN.
ES GEHT UM SIE UND UM DEN GENUSS.«

Silvio Knezevic



REZEPT

SAFRANRISOTTO



WENIG HILFT VIEL

Safran ist das teuerste Gewürz der Welt. Schon eine kleine Menge reicht aus, um den Risotto goldgelb zu färben und ihm den wunderbar würzig-aromatischen Geschmack zu verleihen

ZUTATEN UND MENGE FÜR 4 PERSONEN

- 350 g Reis
- 1 Zwiebel oder 3 Schalotten
- Wasser
- 150 ml Weißwein
- Salz
- Pfeffer
- 1 TL Safran
- Olivenöl
- 50 g Butter
- 60 g frisch geriebener Parmesan

KÜCHENUTENSILIEN

- Topf für den Risotto
- Topf für heißes Wasser
- Schälchen zum Einweichen des Safrans
- Kochlöffel
- Schöpfkelle
- Brettchen
- scharfes Küchenmesser



REZEPT | ZUBEREITUNG

- Setzen Sie einen Topf mit Wasser auf, und holen Sie die Butter aus dem Kühlschrank, damit sie später schon Zimmertemperatur hat.
- Schälen Sie die Schalotten auf dem Küchenbrettchen, und schneiden Sie sie in feine Stückchen.
- Erhitzen Sie Olivenöl in einem Topf, geben Sie die Schalotten dazu, und dünsten Sie sie bei mittlerer Hitze glasig. Geben Sie jetzt schon eine Prise Salz dazu. Wenn sich die Schalotten leicht mit dem Kochlöffel zerdrücken lassen, sind sie gar.
- Geben Sie nun den Safran in ein Schälchen mit heißem Wasser, sodass er sich entfalten kann.
- Geben Sie den Risottoreis zu den Schalotten und rösten Sie ihn kurz an. Irgendwann fängt der Reis an zu knistern, dann mit Weißwein ablöschen – es sollte richtig zischen und dampfen.
- Nun heißt es rühren und den Reis köcheln lassen. Gern noch mal salzen.
- Wenn der Reis den Wein komplett absorbiert hat, geben Sie eine Kelle Wasser hinzu. Lassen Sie das Ganze wieder köcheln, und rühren Sie, sodass sich die Stärke von den Reiskörnern in die Flüssigkeit löst.
- Geben Sie dann den Safran mitsamt Safranwasser hinzu. Salzen Sie gern auch noch mal, und beobachten Sie, wie der Risotto nun die goldgelbe Farbe des Gewürzes annimmt.
- Der Reis sollte stets gerade so mit Flüssigkeit bedeckt sein. Gießen Sie deswegen bei Bedarf immer wieder heißes Wasser nach.
- Bleiben Sie bei Ihrem Risotto, rühren Sie ab und an um, und erleben Sie die Veränderung in der Konsistenz. Es entsteht nach und nach eine cremige Masse, wobei der Reis bissfest bleibt.
- Kurz bevor der Risotto fertig ist, reiben Sie den Parmesan.
- Butter und Parmesan in den Risotto geben und unterrühren.
- Lassen Sie den Risotto kurz stehen, geben Sie ihn dann auf einen flachen Teller. Er ist perfekt, wenn er leicht auf dem Teller zerfließt. Sie können noch mit Parmesan und Pfeffer garnieren und dann frisch servieren.

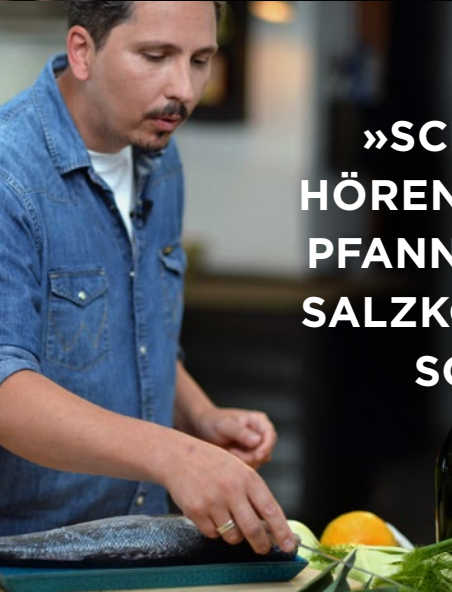


TIPP

Wer keinen Alkohol nutzen möchte, kann Wasser mit etwas Zitrone nehmen oder Weißweinessig mit Wasser mischen. Wichtig ist einfach nur, den Geschmack durch eine Säure abzurunden

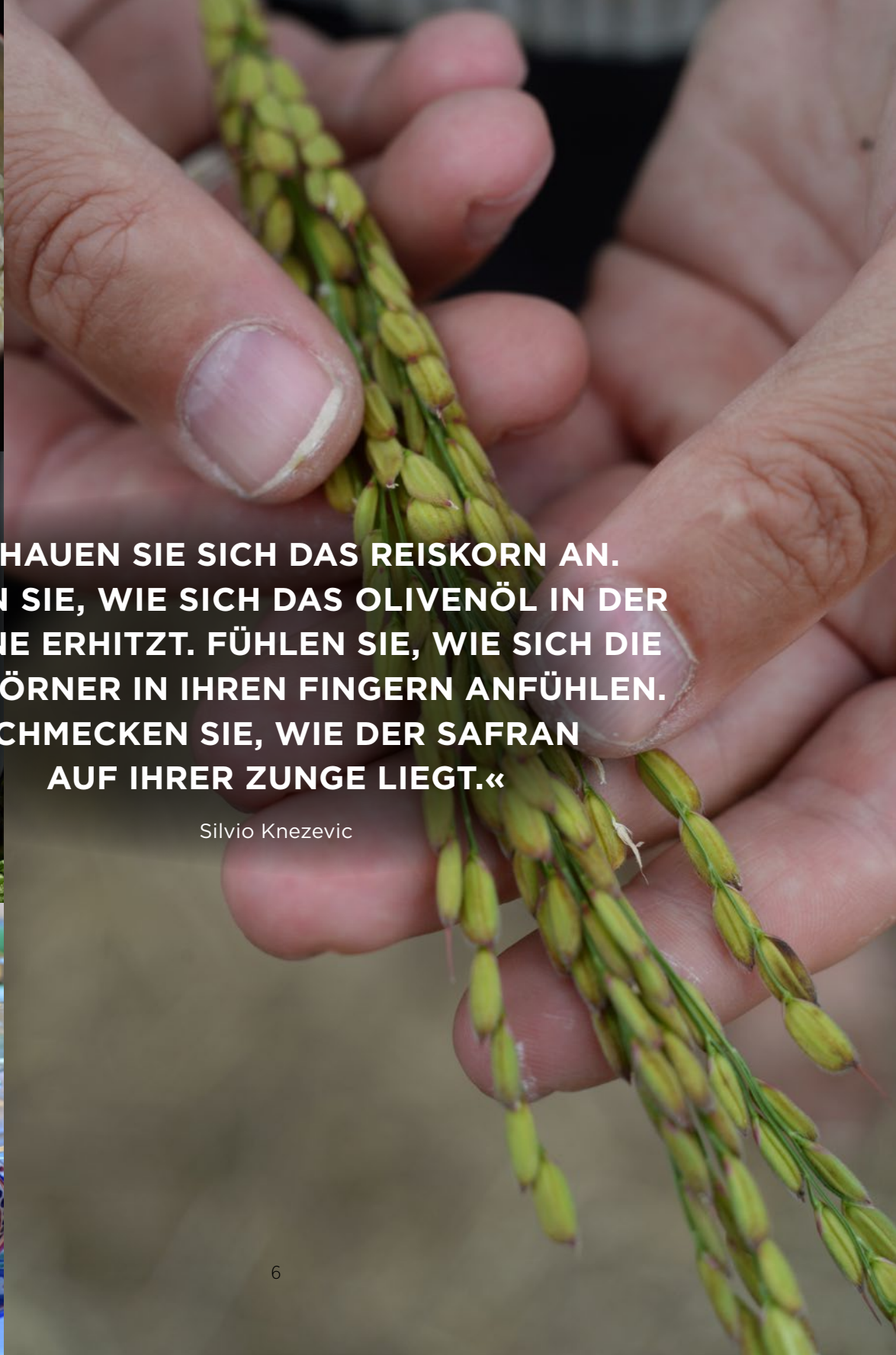


RISOTTO



**»SCHAUEN SIE SICH DAS REISKORN AN.
HÖREN SIE, WIE SICH DAS OLIVENÖL IN DER
PFANNE ERHITZT. FÜHLEN SIE, WIE SICH DIE
SALZKÖRNER IN IHREN FINGERN ANFÜHLEN.
SCHMECKEN SIE, WIE DER SAFRAN
AUF IHRER ZUNGE LIEGT.«**

Silvio Knezevic



REZEPT

SÜSSER RISOTTO MIT DATTELN UND MANDELN

ERST RÖSTEN, DANN ABLÖSCHEN

Damit Risotto und Schalotten nicht anbrennen, müssen Sie schnell rühren. Erst wenn der Reis leise anfängt zu knistern, mit Weißwein oder anderer säurehaltiger Flüssigkeit ablöschen

ZUTATEN UND MENGE FÜR 4 PERSONEN

- 350 g Reis
- 1 Zwiebel oder 3 Schalotten
- Wasser
- 150 ml Weißwein
- Salz
- Pfeffer
- 1 TL Safran
- Olivenöl
- 50 g Butter
- 1 Handvoll Datteln
- 1 Handvoll ungeschälte Mandeln
- 5 EL brauner Zucker
- eine Prise Zimt



KÜCHENUTENSILIEN

- Topf für den Risotto
- Topf für heißes Wasser
- Schälchen zum Einweichen des Safrans
- Kochlöffel
- Schöpfkelle
- Brettchen
- scharfes Küchenmesser
- beschichtete Pfanne
- Backpapier

REZEPT | ZUBEREITUNG

- Bereiten Sie den Safranrisotto wie beschrieben zu: Schneiden Sie die Schalotten klein, braten Sie sie gemeinsam mit dem Reis an, löschen Sie mit Weißwein ab, und geben Sie Safran und Wasser hinzu.
- In der Zeit, in der Ihr Reis vor sich hin köchelt, schneiden Sie die Datteln klein.
- Geben Sie drei Esslöffel Wasser in eine Pfanne und lösen Sie darin den Zucker mit einer Prise Zimt auf.
- Geben Sie die Mandeln hinzu, und lassen Sie das Ganze kochen, bis die Mandeln von einer Zuckerschicht überzogen sind. Gut rühren, damit nichts anbrennt.
- Behalten Sie zeitgleich den Risotto im Blick: Geben Sie wenn nötig eine Kelle Wasser hinzu, sodass der Reis immer gerade so mit Flüssigkeit bedeckt ist.
- Wenn der Zucker an den Mandeln haftet, geben Sie die Kerne auf ein Backpapier, und lassen Sie sie abkühlen. Hacken Sie sie dann mit einem scharfen Messer oder einem Mörser klein. Die Stückchen dürfen gern unterschiedlich groß sein, dadurch variieren hinterher der Geschmack und die Konsistenz des Risottos.
- Kurz bevor der Risotto fertig ist, rühren Sie die Datteln und zwei Drittel des Mandelkrokants unter. Zum Schluss noch die Butter dazugeben.
- Nun können Sie den Risotto anrichten und mit dem Rest des Krokants bestreuen und servieren. Er eignet sich als Nachtisch oder süße Hauptspeise.



TIPP

Nehmen Sie Mandeln mit Schale. Daran bleiben Zimt und Zucker gut haften, sodass es am Ende riecht wie auf dem Jahrmarkt

RISOTTO

»Risotto kann im Mittelpunkt stehen, aber auch eine wundervolle und geduldige Bühne für so viele andere Lebensmittel sein, beispielsweise für Spargel, Pilze, Tomaten oder Meeresfrüchte. Das macht ihn so besonders.«

Silvio Knezevic

REZEPT

PILZRISOTTO MIT KÜRBIS



ZUTATEN UND MENGE FÜR 4 PERSONEN

- 350 g Reis
- 1 Hokkaido-Kürbis
- ca. 150 g frische Pilze (z.B. Maronen, Kräutersaitlinge, Pfifferlinge, Champignons)
- 50 g getrocknete Pilze (Steinpilze, Morcheln)
- Garam Masala
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 50 g Butter
- 40 g frisch geriebenen Parmesan

KÜCHENUTENSILIEN

- Topf für den Risotto
- Topf für die Brühe
- Pfanne für Pilze
- Küchenrolle
- Haarsieb oder Passiertuch
- scharfes Küchenmesser
- Kochlöffel
- Schöpfkelle
- Brettchen



REZEPT | ZUBEREITUNG

- Für den Pilzrisotto braucht es eine passende Brühe. Dazu weichen Sie die getrockneten Pilze etwa 20–30 Minuten in Wasser ein. Bereiten Sie auch schon die frischen Pilze vor, indem Sie sie waschen und schneiden.
- In der Zwischenzeit können Sie den Kürbis vorbereiten: Halbieren Sie den Kürbis, lösen Sie Kerne und Fasern, und schneiden Sie ihn in Spalten.
- Setzen Sie nun, wie aus der Zubereitung zum Safranrisotto bekannt, einen Topf mit Wasser auf, schälen Sie die Schalotten, und schneiden Sie sie fein.
- Das Einweichwasser der getrockneten Pilze bildet unsere Brühe, geben Sie es also zum Wasser in den Topf, mit dem Sie den Reis aufgießen.
- Während die Brühe kocht, den Ofen auf 200 °C Grad bzw. 175 °C Grad bei Umluft vorheizen und die Kürbisspalten in einer Schüssel mit Öl, Salz, Pfeffer und Garam Masala mischen.
- Legen Sie die Spalten auf ein Blech, und lassen Sie den Kürbis etwa 30 Minuten im Ofen garen.
- Wenn der Kürbis etwa 10 Minuten im Ofen war, können Sie mit der Zubereitung des Risottos anfangen. Dazu wieder Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotten dünsten, salzen, Risotto zu den Schalotten geben und kurz anrösten. Das Ganze mit Weißwein ablöschen. Geben Sie jetzt die eingeweichten Trockenpilze gleich dazu.
- Rühren Sie, bis der Risottoreis den Wein komplett absorbiert hat. Geben Sie nun immer wieder Pilzbrühe hinzu. Der Reis sollte köcheln können und ganz leicht mit Flüssigkeit bedeckt sein.
- Parallel nun die frischen Pilze in einer Pfanne anbraten und den Kürbis aus dem Ofen holen. Der Kürbis ist gar, wenn die Spalten an den Rändern und Spitzen leicht gebräunt sind und das Fruchtfleisch weich ist.
- Geben Sie die angebratenen Pilze zum Risotto, rühren Sie Butter und Parmesan unter.
- Servieren Sie den Risotto auf einem flachen Teller, und legen Sie die Kürbisspalten dazu.

PILZRISOTTO MIT GAMBAS

Sie können den Pilzrisotto auch sehr gut als Beilage servieren – zum Beispiel zu Gambas. Für die Zubereitung brauchen Sie dieselben Zutaten und Utensilien wie für den Pilzrisotto. Die Kürbispalten braucht es nicht, der Risotto allein bildet die perfekte Beilage für die Gambas. Falls Sie sie also weglassen, brauchen Sie weder Kürbis noch Garam Masala einkaufen. Stattdessen besorgen Sie vier frische Gambas, die Sie in einer beschichteten Pfanne anbraten.

- Bereiten Sie den Pilzrisotto wie beschrieben zu.
- Kurz bevor der Risotto fertig ist, geben Sie Olivenöl in eine beschichtete Pfanne, und erhitzen sie diese, um die Gambas anzubraten.
- Die Gambas mit Schale hineinlegen und von beiden Seiten gut anbraten. Wenn sich die Garnelen rosa verfärben und leicht einrollen, sind sie gar.
- Finalisieren Sie Ihren Risotto mit Butter und Parmesan, richten Sie ihn auf einem Teller an, und legen Sie die Gambas dazu. Guten Appetit!



RISOTTO

»Die Brühe ist entscheidend dafür, welchen Geschmack der Risotto am Ende hat. Sie können die Schalen von Wurzelgemüse nutzen, Zwiebeln, Pilze, Gewürze wie Pfeffer, Nelken, Wacholder, Lorbeer, oder Kräuter wie Petersilie oder Thymian. Wenn Sie Risotto mit Krustentieren machen, nutzen Sie unbedingt deren Schale für den Fond. Das Gleiche gilt bei Fisch: Kaufen Sie ganze Fische, filetieren Sie diese, oder lassen Sie sie filetieren, und kochen Sie aus den Karkassen und Köpfen den Fond für den Risotto. Das gibt eine vollmundige Brühe und ist Zero-Waste-Küche der Superklasse.«

Silvio Knezevic

REZEPT

FENCHEL RISOTTO MIT WOLFSBARSCH

FEINES MIT FENCHEL

Dieser Risotto bringt Sommerlaune und Leichtigkeit in jede Küche. Er schmeckt nach Meer und Sonne und eignet sich sehr gut, um Gäste einzuladen und in gemeinsamen Urlaubserinnerungen zu schmelgen

ZUTATEN UND MENGE FÜR 4 PERSONEN

- 200 g Reis
- 3 Fenchelknollen
- 100 ml Weißwein
- 200g rosafarbene Trauben
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 1 Zitrone
- 1 Orange
- 50 g Butter
- ca. 1,5 kg Wolfsbarsch oder ca. 700 g Wolfsbarschfilet (dann entsprechend Fischfond kaufen)

KÜCHENUTENSILIEN

- Topf für den Risotto
- Topf für die Brühe
- Schüssel für den Fenchelsalat
- Küchenrolle
- Haarsieb oder Passiertuch
- scharfes Küchenmesser
- Brettchen
- Kochlöffel
- Schöpfkelle
- Filetirmesser



REZEPT | ZUBEREITUNG

- Wenn Sie den Fisch selbst filetieren, setzen Sie aus den Karkassen den Fischfond an: Dafür wieder einen Topf mit Wasser aufsetzen und darin die Karkassen auskochen. Sollten Sie den Fisch schon zubereitet kaufen, nehmen Sie entsprechend Fischfond.
- Trennen Sie die äußeren Blätter des Fenchels, und geben Sie sie zum Fond. Schneiden Sie auch das Fenchelgrün ab, bewahren Sie dieses aber auf.
- Den Fenchel längs in dünne Scheiben schneiden. Diese salzen und fünf Minuten stehen lassen.
- Halbieren Sie in der Zwischenzeit die Trauben, und hacken Sie das Fenchelgrün klein. Vermengen Sie alles mit dem Fenchel, und marinieren Sie ihn mit dem Saft von Zitrone und Orange. Sie können den Fenchel gern ein wenig kneten, sodass er die Flüssigkeit gut aufnehmen kann.
- Starten Sie nun mit der Ihnen bekannten Zubereitung des Risottos: Zwiebeln schneiden, Reis rösten, köcheln und immer wieder mit Flüssigkeit bedecken. Diesmal gießen Sie immer wieder Fischfond zum Reis, bis Sie eine cremige Konsistenz erhalten, der Reis aber bissfest bleibt.
- Kurz bevor der Risotto fertig ist, braten Sie die Fischfilets in einer beschichteten Pfanne an. Hier nicht zu früh wenden, haben Sie Geduld, bis sich das Filet leicht vom Pfannenboden lösen lässt.
- Den Risotto mit Butter vollenden und mit Fisch und Fenchelsalat anrichten. Hier lohnt es sich, einen guten Weißwein zum Gericht zu servieren – dann fühlt es sich fast an wie in Italien.



TIPP

Zitrusfrüchte sollten vollreif gekauft werden, denn sie reifen nicht nach. Allerdings sagt die Farbe der Schale nichts über den Reifegrad aus, auch eher grüne Zitronen können reif sein

RISOTTO

»Kochen ist voller Überraschungen. Einmal dauert der Risotto 15 Minuten, das andere Mal 25 Minuten; einmal gelingt er, das nächste Mal nicht - das ist, was mich begeistert.«

Silvio Knezevic

REZEPT

ARANCINI - RISOTTOBÄLLCHEN

RISOTTO MAL RUND

Diese Bällchen sind perfekt zum Mitnehmen und schmecken auch mit Speiseresten: Den Reis vom Vortag nehmen, mit Zutaten füllen, die noch im Kühlschrank sind, frittieren - fertig. Diese Arancini sind mit Tomaten und Mozzarella gefüllt

ZUTATEN UND MENGE FÜR 4 PERSONEN

- ca. 600 g gekochten Risotto (z. B. Safranrisotto vom Vortag)
- 2 Eier
- 150 g Paniermehl
- 150 g Mehl
- 120 g Mozzarella
- eine Handvoll Kirschtomaten
- Salz
- Pfeffer
- ca. 2 l Pflanzenöl zum Frittieren bspw. Rapsöl
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

KÜCHENUTENSILIEN

- Topf zum Frittieren
- diverse Schüsseln zum Panieren
- Schaumkelle
- Küchenrolle
- scharfes Küchenmesser
- Brettchen

REZEPT | ZUBEREITUNG

- Sie brauchen drei Schüsseln, um die Risottobällchen zu panieren: Geben Sie Mehl in die erste und Semmelbrösel in die zweite Schüssel. Das Ei schlagen Sie in der dritten Schüssel auf.
- Zerteilen Sie den Mozzarella in kleine Stücke, und schneiden Sie die Tomaten klein.
- Formen Sie mit angefeuchteten Händen kleine Kugeln aus dem kalten Risotto. In der Mitte der Bällchen geben Sie jeweils ein Stück Mozzarella und ein paar Tomatenstücke. Die geformten Kugeln sollten etwa die Größe eines Golfballs haben.
- Damit das Panieren leichter funktioniert, können Sie die Arancini für 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Das ist muss aber nicht sein.
- Für die Panade: Die Arancini erst in Mehl wälzen, dann ins Ei tunken und zum Schluss mit den Semmelbröseln ummanteln.
- Erhitzen Sie nun das Pflanzenöl in einem Topf. Seien Sie hier sehr vorsichtig, heißes Öl kann zu üblen Verbrennungen führen.
- Ist das Öl heiß, geben Sie immer drei bis vier Arancini in die Flüssigkeit, und frittieren Sie diese, bis sie knusprig und goldbraun sind. Wenden Sie sie auch zwischendurch einmal, um beide Seiten zu bräunen.
- Sind die Arancini fertig, nehmen Sie sie mit einer Schaumkelle heraus, und lassen Sie sie auf Küchenpapier abtropfen.
- Sie können diese Form des Risottos warm oder kalt servieren.



A close-up portrait of a man with dark, wavy hair and a mustache, looking slightly to the right. He is wearing a blue denim shirt over a white t-shirt. The background is a plain, light-colored wall.

DER KOCH

Silvio Knezevic

ist gelernter Koch und studierter Fotograf und arbeitet bereits seit mehr als zehn Jahren für die Wochenmarkt-Kolumne im ZEITmagazin. In seinem Studio in München kocht er wöchentlich die Rezepte nach, um sie zu fotografieren. Seine Bilder von Lebensmitteln und Speisen aller Art prägen das Wochenmarkt-Magazin und inspirieren zum Kochen und zum Genießen. Im Video-Kurs der ZEIT Akademie »ZEIT Wochenmarkt Kochkurs – Risotto, ein Klassiker in 6 Variationen« verrät er Ihnen seine Tricks und zeigt Ihnen die Grundlagen des Risottokochens sowie sechs mögliche Variationen.

Der Videokurs
»ZEIT Wochenmarkt Kochkurs – Risotto, ein Klassiker in 6 Variationen«
ist ein Produkt der ZEIT Akademie in Zusammenarbeit
mit dem ZEIT Wochenmarkt Magazin



ZEIT AKADEMIE

ZEIT  MAGAZIN
WOCHENMARKT

IMPRESSUM

Buch zum Video-Kurs der ZEIT Akademie

AUTOR: Silvio Knezevic
REDAKTION: Myriam Salome Apke
PROJEKTLEITUNG: Stephanie Wilde

GRAFISCHE UMSETZUNG: Martin Schoberer

FOTOGRAFIEN: Felix Amsel
ILLUSTRATIONEN: Matthias Holz
KORREKTORAT: Thomas Worthmann

© ZEIT Akademie GmbH, Hamburg 2022
www.zeitakademie.de