

# Grünkohl Risotto mit knusprig gebratenem Lachs



#### Zutaten für 2 Personen

180 g Risottoreis  
 2 Lachsfilets mit Haut  
 100 g frischer Grünkohl  
 200 ml Pinot Noir  
 340 ml Geflügelfond  
 30 g Walnüsse  
 20 g gemahlene Mandeln  
 20 g geriebener Parmesan  
 ½ Granatapfel  
 1 rote Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 1 EL Sojasauce  
 Olivenöl  
 Margarine  
 Salz und Pfeffer  
 Paprikagewürz

Den Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen.  
 Die Kerne aus dem Granatapfel lösen.  
 Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Geflügelfond in einem Topf aufkochen lassen.

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Risottoreis hineingeben und kurz glasig anschwitzen. Mit dem Rotwein ablöschen und bei niedriger Hitze einkochen lassen. Mit dem kochenden Geflügelfond aufgießen, so dass der Reis bedeckt ist. Risottoreis unter ständigem Rühren 16-18 Minuten garen lassen. Wenn die Flüssigkeit nicht ausreicht, einfach etwas Fond nachgießen. Wenn das Risotto cremig und saftig ist, ist es fertig. Nun kann ca. ein EL Margarine vorsichtig untergerührt werden und das Ganze mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt werden.

Für die Lachsfilets in einer Schüssel etwas Olivenöl, 1 EL Sojasauce, Paprikagewürz, Salz und Pfeffer vermengen. Die Lachsfilets mit der Olivenöl-Gewürzmischung einreiben und die Seite mit der Haut in die gemahlene Mandeln legen, so dass die Haut bedeckt ist.

In einer beschichteten Pfanne etwas Margarine erhitzen und die Hautseite der Lachsfilets scharf darin anbraten. Sobald die Mandelpanade knusprig ist, kommen die Filets mit der knusprigen Seite nach oben in den vorgeheizten Ofen und werden mit etwas Parmesan bestreut. Die Filets für 8-10 Minuten garen lassen.

In der Zwischenzeit die Grünkohlblätter von den Stielen abzupfen und zerkleinern. Walnüsse grob hacken. Beides in einer Pfanne mit Öl für ca. 4 Minuten anbraten und mit Paprikagewürz, Salz und Pfeffer würzen. Die Grünkohl-Walnuss-Mischung vorsichtig unter das Rotwein Risotto heben und auf einem Teller anrichten. Das Risotto mit den Granatapfelkernen und den Lachsfilets toppen und wahlweise nochmal mit Parmesan bestreuen. Nun ist das festliche Risotto fertig und kann genossen werden.

Guten Appetit!

Tipp: Das Risotto kann wahlweise mit Rotwein oder Weißwein zubereitet werden.