

## Muschel Risotto mit Krustentierschaum und Wildkräutersalat in Haselnussdressing

Rezept für Muschel-Risotto mit Krustentierschaum und Wildkräutersalat in  
Haselnussdressing aus unserem Kochkurs - Fisch und Meeresfrüchte.

### Zutaten:

2 Schalotten  
1 Knoblauchzehe  
4 EL Butter  
250 g Rundkornreis  
Ca. 1l Hühnerbrühe oder Gemüsebrühe  
500ml trockener Weißwein  
500g Frische Miesmuscheln  
100g frisch geriebener Parmesankäse  
1 Meersalz  
125g Butter  
1 pck. Suppengemüse  
2 Tomaten  
1 frische Peperoni  
1 Lorbeerblatt  
3-4 Pimentkörner  
Olivenöl  
200g Wildkräutersalat  
1El Dijon Senf  
100ml Balsamicoessig  
200ml Haselnussöl  
1 Msp. Sojalecitin (Bioladen)

### Zubereitung:

Die Schalotten fein würfeln, das Suppengemüse putzen und mit den Tomaten etwas gröber schneiden.

Die Muscheln in einer Pfanne mit etwas Olivenöl, dem Gemüse und der Hälfte der Schalotten sehr heiß anbraten, mit Weißwein und etwas Brühe ablöschen und bei geschlossenem Deckel kurz

## Muschel Risotto mit Krustentierschaum und Wildkräutersalat in Haselnussdressing

kochen, bis sich  
die Muscheln öffnen.

Die restlichen Schalotten mit dem Risotto Reis in etwas Olivenöl kurz anschwitzen.

Mit Weißwein ablöschen und Gemüsebrühe angießen.

Das Risotto wird nun unter ständigem Rühren „al dente“ gekocht, dabei immer wieder etwas Brühe angießen.

Risotto am Ende mit Meersalz abschmecken und mit Parmesan und reichlich Butter binden.

Die Muscheln aus dem Sud nehmen, den Sud mit Meersalz abschmecken, durch ein feines Sieb passieren und mit dem Sojalecitin zu einem Schaum aufmixen.

Aus Senf, Haselnussöl, Essig und etwas Salz das Dressing herstellen, den Wildkräutersalat damit marinieren und mit den Muscheln, und dem Schaum auf dem Risotto anrichten.