



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Muschelsuppe

Schwarzer Risotto mit Fisch

Kalmar mit Garnelenfüllung

Crema al Limone

Zutaten:

Zubereitung:

Schwarzer Risotto mit Fisch

350 g	Risottoreis	
1 Stk.	kleine Zwiebel	gehackt
1 Zehe	Knoblauch	gehackt
3 EL	Oliveöl	
175 ml	Weisswein	
1 L	Gemüse- oder Fischfond	
2 Beutel	Tintenfischfarbe	

500 g	feste Fischfilet	
	Salz, Pfeffer	

Zwiebel und Knoblauch in Öl andünsten, Reis zugeben und rühren bis er glasig ist. Mit Weisswein ablöschen. Nach und nach den Fond unter stetigem Rühren zugeben. Am Schluss die Tinte beifügen.

Den Fisch in Scheiben schneiden, würzen und im Olivenöl anbraten und bei mittlerer Hitze zu Ende braten.

Risotto mit dem Fisch servieren.