



Risotto Nero mit Sepia



- **Küche:** Italienisch, Mediterran
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Der mediterrane Klassiker, einfach und schnell beschrieben

Zutaten

- 800g kleine Sepia
- 10g Tintenfischfarbe (Gibt es beim Fischhändler oder in gut sortierten Supermärkten)
- 300 g Risottoreis oder Rundkornreis
- 1 l Gemüsebrühe
- 125 ml trockener Weißwein
- 150 g gewürfelte Zwiebeln
- 1 fein geschnittene Knoblauchzehe
- Saft und Abrieb einer ½ Zitrone
- ½ Bund glatte Petersilie, gehackt
- 6 El Olivenöl
- 20 g Butter

Zubereitungsart

Schritt1

Der Risotto Ansatz:

Schritt2

Die Zwiebeln mit dem Knoblauch in Olivenöl glasig anschwitzen, den Reis dazu geben.

Schritt3

Mit dem Weißwein und etwas Gemüsebrühe ablöschen und die Tinte dazu geben.

Schritt4

Alles unter intensivem Rühren nahezu einkochen und 20 min. lang insgesamt garen.

Schritt5

Nach und nach die Gemüsebrühe immer wieder dazu geben, reichlich rühren, schön "schlotzig" halten.

Schritt6

In der Zwischenzeit:

Schritt7

Die Sepia kurz für 1 min. in kochendem Salzwasser blanchieren, abgießen, in Streifen schneiden.

Schritt8

In heißem Olivenöl scharf anbraten, ev. entstehende Flüssigkeit verdampfen lassen.

Schritt9

Salzen, pfeffern, Zitronensaft und Abrieb dazu geben.

Schritt10

Anrichtevorschlag:

Schritt11

Den fertigen Risotto nachschmecken und mit etwas kalter Butter vollenden. Sepia unterheben und sofort servieren.

Rezeptart: Fischgerichte **Tags:** einfach und schnell, preiswert

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/risotto-nero-mit-sepia/>