



## RS Miesmuscheln auf Safran-Chorizo-Risotto

dazu bunter Salat mit Blüten



ca. 1h



3-4 Personen

Heute verschmilzt das Feinste von Meer und Erde zu einem gloriosen Risotto: Schwarze Miesmuscheln dämpfen mit würziger Chorizo und Kirschtomaten und entwickeln ein köstliches Aroma. Serviert werden sie auf einem cremig-goldenen, in exquisiten Safranfäden gekochtem Risotto. Dazu gibt es einen hübschen Salat mit Blüten. Ein absoluter Traum!

## Was du von uns bekommst

- 1kg Miesmuscheln <sup>2</sup>
- 2 Päckchen Safran
- 2 Pck. Gemüsebrühwürz
- 2 Stangen Lauch
- 2 Schalotten
- 400g Risottoreis
- 20g Petersilie
- 1 Knoblauchzehe
- 200g Chorizo, gewürfelt <sup>1</sup>
- 30g Pinienkerne
- 500g Kirschtomaten
- 1 Dose Bio-Tomatenmark
- 200g Babysalat mit Blüten

## Was du zu Hause benötigst

- 1TL Honig
- 1TL Senf <sup>3</sup>
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- großer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- mittelgroße Pfanne
- Wasserkocher
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Allergene

Milch (1), Weichtiere (2), Senf (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 0kcal



1. Muscheln säubern

1,5L Wasser in einem Wasserkocher aufkochen. Die **Muscheln** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen. Offene und beschädigte **Muscheln**, die beim Antippen nicht schließen, entfernen. Den **Safran** und das **Brühwürz** in dem gekochten Wasser auflösen. Den **Lauch** längs halbieren und quer in dünne Streifen schneiden. Die **Schalotten** schälen, halbieren und fein würfeln.



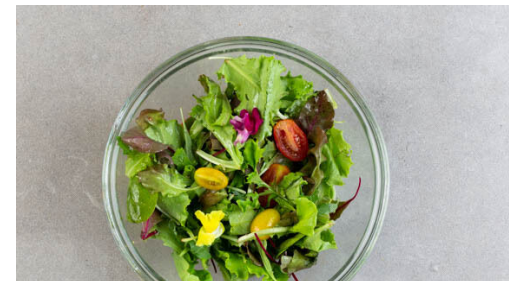
4. Muscheln garen

Die **Chorizo** in einem großen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 4Min. anbraten, dann die **½ der Kirschtomaten** und das **Tomatenmark** hinzufügen und bei starker Hitze ca. 4Min. mitbraten. Den **Knoblauch** unterrühren, dann die **Muscheln** mit 100ml Wasser zugeben und abgedeckt 3-4Min. dämpfen, bis die **Muscheln** sich öffnen.



2. Risotto zubereiten

Den **Lauch** und die **Schalotten** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 4Min. anbraten. Den **Reis** hinzugeben und 1-2Min. mitbraten. Nun nach und nach mit der heißen **Brühe** ablöschen und rühren, bis der **Reis** sämig ist, aber noch etwas Biss hat – das dauert ca. 18-20Min.



5. Salat zubereiten

2EL Olivenöl, 1EL hellen Essig, 1TL Honig, 1TL Senf sowie je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer verrühren. Die **übrigen Kirschtomaten** halbieren und vorsichtig mit dem **Babysalat**, den **Blüten** und dem **Dressing** vermengen.



3. Zutaten vorbereiten

Die **Petersilienblätter** und **-stängel** separat grob und fein schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Chorizo** in ca. 0,5cm große Würfel schneiden. Die **Pinienkerne** in einer mittelgroßen Pfanne mit 2TL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell zu dunkel werden. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



6. Risotto verfeinern

Die **Muscheln** in ein Sieb abgießen, den **Sud** in der mittelgroßen Pfanne auffangen und bei starker Hitze 2-4Min. einköcheln lassen. Das **Risotto** mit dem **Sud** und den **Petersilienstängeln** verfeinern. Die **Muscheln** und die **Chorizo** darauf anrichten und mit den **Petersilienblättern** bestreut servieren. Den **Blütensalat** mit den **Pinienkernen** garnieren und dazu reichen.