

# KOHLRABI-DINKEL-RISOTTO

*bon  
appétit*

## ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

2 EIGELB  
4 EIWEISS  
50 G DINKELMEHL TYP 630

1 KLEINE ZWIEBEL  
125 G DINKEL (GESCHLIFFEN)  
200 ML WASSER

80 G GORGONZOLA  
100 ML MILCH

500 G KOHLRABI (INKL.  
SCHALE, STIELE UND BLÄTTER)

150 ML MOLKE

1 KLEINE KARTOFFEL  
100 ML SAHNE

50 G TOMATENMARK  
50 G TRAUBEN  
500 ML WASSER

25 G KAROTTENGRÜN  
150 G GOLBLEINSAMEN-ÖL

1 KAROTTE (120 G)

120 ML RAPSÖL  
HONIG

SALZ  
BUTTER

OLIVENKRAUT  
1 KL. KNOBLAUCHZEHE  
ROSMARIN  
SAUERKLEE

## ZUBEREITUNG

### *Dinkelbiskuit:*

Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze aufheizen. Die beiden Eigelbe mit etwas Honig und Salz zur Rose abziehen. Die vier Eiweiße aufschlagen, die Hälfte unter das Eigelb unterheben. Das gesiebte Dinkelmehl unterheben, dann das restliche Eiweiß hinzufügen. Biskuitmasse auf ein Blech mit Backpapier streichen und 12 Minuten backen, einen Kreis ausstechen.

### *Dinkelrisotto:*

Fein geschnittene Zwiebelwürfel in etwas Rapsöl anbraten, den Dinkel mit anschwitzen. Nach und nach 200 ml Wasser aufgießen und nur so lange köcheln lassen, dass der Dinkel noch einen leichten Biss hat. Mit Salz und Honig abschmecken.

### *Gorgonzolasauce:*

Den Gorgonzola, die Milch, etwas Honig und 1 Prise Salz gut mixen.

### *Kohlrabiperlen:*

Vom Kohlrabi mit dem Kugelausstecher etwa 40 g Kohlrabiperlen ausstechen, in kochendem Wasser kurz blanchieren. Butter erhitzen, das gehackte Olivenkraut hinzufügen, salzen und die Kohlrabiperlen darin glacieren.

### *Kohlrabischeiben:*

Die Molke erhitzen, salzen und 150 g in sehr dünne Scheiben geschnittenen Kohlrabi hineinlegen, ziehen lassen.

### *Kohlrabipüree:*

100 g Kohlrabi und die Kartoffel würfeln, in der Sahne weichkochen, 20 g Butter, Salz und etwas Honig nach Geschmack zufügen und alles fein mixen.

### *Kohlrabichips:*

Die Rispen der Kohlrabiblätter so beschneiden, dass die Blätter flach sind. Mit einer scharfen Kreisform, Durchmesser 1,5 cm, Kreise ausstechen. Die Kreise mit etwas Öl bestreichen, zwischen 2 Backpapiere legen und mit dem Bügeleisen glätten.

### *Kohlrabistiele:*

Die Kohlrabistiele mit dem Sparschäler dünn aufschneiden. 50 g Rapsöl mit einer Prise Salz leicht erwärmen, die Kohlrabistiele einlegen. Den Sauerklee fein hacken und dazugeben. Alles 20 min ziehen lassen.

### *Kohlrabi-Jus:*

200 g Kohlrabischalen in Rapsöl scharf anbraten, das Tomatenmark hinzugeben und mitrösten, die halbierten Trauben zufügen und langsam weich schmoren. Mit 500 ml Wasser ablöschen und langsam einkochen lassen. Wenn die Flüssigkeit sich halbiert hat, alles durch ein feines Sieb geben. Rosmarin und ½ Knoblauchzehe hinzugeben und weiter einkochen lassen. Wenn die Jus fast eingekocht ist, mit Salz und Honig abschmecken.

### *Karottengrün-Emulsion:*

Das Karottengrün, etwas Salz und Honig, ½ Knoblauchzehe und 150 ml Goldleinsamen-Öl im Thermomix bei 37 °C auf Stufe 10 1 min mixen. In eine Spritzflasche abfüllen und kurz vor dem Servieren nochmals gut schütteln.

### *Gegrillte Karotte:*

Die Karotte mit Rapsöl einreiben und salzen, auf den Grill legen und von allen Seiten so kross grillen, dass sie noch einen leichten Biss hat.

