Rollgerstenrisotto | Kürbis | Reh

Zutaten für 2 Portionen

150 g Rollgerste
½ Hokkaido Kürbis
1 kleiner Zwiebel
1 Zehe Knoblauch
4 EL Olivenöl
30 g Butter
50 ml Weisswein
1 Lorbeerblatt
Salz, Pfeffer
Ca. 500 ml Gemüsefond
20 g geriebener Parmesan
Rosmarin
200 g- 300 g Rehfleisch (Nuss, Schale, Rücken oder Filet)

Die Rollgerste am besten 2 Stunden vorher oder über Nacht in kaltem Wasser einweichen, das verkürzt die Garzeit.

Zwiebel und Knoblauch in feine Würfel schneiden und 2 EL Olivenöl und in der Hälfte der Butter goldbraun rösten. Die Rollgerste abseihen, zu den Zwiebeln geben und kurz mitrösten. Die Kerne vom Kürbis entfernen und 6 dünne Spalten schneiden. Den restlichen Kürbis grob reiben und zur Rollgerste geben. Mit Weisswein ablöschen und ein Lorbeerblatt dazugeben. Nach und nach mit Fond aufgießen und die Rollgerste zugedeckt weichkochen.

Das Reh mit Salz und Pfeffer würzen und gemeinsam mit den Kürbisspalten in Olivenöl, von beiden Seiten anbraten. Den Kürbis auch würzen. Etwas Butter und Rosmarin dazugeben und bei 120 Grad in den vorgeheizten Backofen geben. Das Fleisch für ca. 8 Minuten im Ofen lassen, bis es 58 Grad Kerntemperatur erreicht hat. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und den Kürbis im Ofen lassen, bis er weich ist.

Die Rollgerste mit geriebenem Parmesan, gehacktem Rosmarin und einer Butterflocke cremig rühren und abschmecken.

Das Fleisch nochmals kurz anbraten damit es heiß ist, aufschneiden und auf der Rollgerste mit Kürbis anrichten.
Mit ein paar Tropfen Kürbiskernöl und gerösteten Kürbiskernen garnieren.

Für die vegetarische Alternative

Das Reh in der Zutatenliste gegen
250 g Schafkäse tauschen.

Die Rollgerste wie im Rezept beschrieben zubereiten.

Für den Kürbis:
Den Kürbis mit Salz und Pfeffer würzen und in Olivenöl, von beiden Seiten anbraten. Etwas Butter und Rosmarin dazugeben. Dünn geschnittenen Feta über die Kürbisspalten verteilen und bei 180 Grad in den vorgeheizten Backofen geben. Den Kürbis für etwa 10 bis 15 Minuten im Ofen lassen, bis er weich ist.