

---

---

**Typ:** Fisch

**Quelle:**

\*\*\*\*\*

**Bemerkungen:** Dieses Rezept ist ein Knüller für jedes Lebensalter!

Kleine Variante: vor Zufügen der Brühe mit ein wenig trockenem Weißwein ablöschen (Sauvingon ist ideal). An diesem Punkt auch einen halben Teelöffel Fenchelsamen zugeben. Am Ende einen kleinen Schuss Anislikör, z.B. Pernod.

Gewürz: ein wenig Chardonnay-Gewürz von Rindchen (limettenlastiges Curry)

**Zutaten:**

Zutaten für 2 Portionen

250 g TK Frutti di mare  
1 kleiner Fenchel  
1 Zwiebel  
1-2 Knoblauchzehen  
2 TL Öl  
150 g Risotto-Reis  
1/2 l Gemüsebrühe  
Salz  
frisch gemahlener Pfeffer  
1/2 Zitrone  
evtl. Fischgewürz (Bratfisch-Würzer)  
1/2 Bund Dill

**Rezept:**

Die Meeresfrüchte auftauen lassen, in ein Sieb geben, gut abspülen und abtropfen lassen. Den Fenchel putzen, abspülen und sehr fein schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken.

Das Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Fenchel darin bei mittlerer Hitze etwa 3 Minuten andünsten. Den Reis dazugeben, andünsten und etwas Brühe dazugießen. Den Knoblauch dazugeben und den Reis unter häufigem Rühren etwa 15 Minuten quellen lassen, dabei immer wieder etwas Brühe dazugießen. Dann die Meeresfrüchte dazugeben und alles weitere 5 Minuten kochen. Das Risotto mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und eventuell Fischgewürz abschmecken.

Den Dill abspülen, trocken schütteln, die Spitzen abzupfen und hacken. Dillspitzen auf das Risotto streuen und sofort servieren.

Fertig in: 30 Minuten.