

# Rezeptideen

## Gebratene Jakobsmuschel auf Graupenrisotto

### Zutaten:

---

Für 4 Personen

150 g Seeburger Gerstengraupen  
1 Schalotte  
100 g feine Gemüsegewürfel (Karotte, Lauch,  
Sellerie)  
150 ml Fischfond  
50 ml Wasser  
1 EL kalte Butter  
20 g Parmesan, frisch gerieben  
4 große Jakobsmuscheln, küchenfertig  
1 Zweig Zitronenthymian  
1 Knoblauchzehe

etwas Mehl  
Olivenöl  
Salz  
Meersalz  
weißer Pfeffer, frisch gemahlen  
4 kleine Kerbelzweige

### Zubereitung:

---

Die Graupen zusammen mit der geschälten Schalotte in reichlich Salzwasser bissfest garen. Abgießen und gut abspülen.

Die fein geschnittenen Gemüsegewürfel in Olivenöl anschwitzen und mit Wasser ablöschen. Den Fischfond zugießen und die Graupen untermischen. Bei mittlerer Hitze so lange kochen bis das Graupenrisotto von cremiger Konsistenz ist. Die Butter und den Parmesan unterrühren. Mit Salz würzen.

In einer großen Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Die Jakobsmuscheln mit etwas Mehl bestäuben, zusammen mit dem Zitronenthymian und der angedrückten Knoblauchzehe von jeder Seite etwa 1 Minute braten, mit Meersalz und Pfeffer würzen.

Die Jakobsmuscheln auf dem Graupenrisotto anrichten und mit einem Kerbelzweig garnieren.

Gut zu wissen: Verwenden Sie ein hochwertiges Meersalz. Etwa ein französisches Fleur de sel oder das englische Maldon Seasalt.

