

Arancini al ragù

Sizilianer lieben sie, als würden sie die Welt bedeuten: Arancini! Die mit Ragù gefüllten Reisbällchen haben auch mich sofort verzaubert. Bis heute sind sie für mich das Symbol von traditionellen Gerichten mit Herz. Und: Sie erinnern mich an die Menschen, die mich authentisch italienische Küche kennen und lieben gelernt haben: Meine Freundin Veronica, ihre Schwester Claudia, ihren Papa Piero und besonders ihre Mama Maria Grazia. Vor ein paar Jahren haben sie mich und meine Freundin Claudia eingeladen, sie zu besuchen, uns in ihrem Heim aufgenommen, mit authentisch italienischem Essen verwöhnt und mit Liebe überschüttet. Ohne all die Eindrücke dieser Zeit, all die Ausflüge, Einkäufe und gemeinsamen Abendessen wäre meine Küche heute nicht, was sie ist. Jetzt endlich, beherrsche ich auch dieses Gericht und hoffe, dass sie eines Tages alle vorbeikommen, damit ich es für sie kochen darf. Solange möchte ich mit euch den Geschmack Siziliens teilen und euch einladen, euch an diesem Rezept zu probieren. Es lohnt sich – versprochen!



Arancini al ragù | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (12 Stück): 450 Gramm Carnaroli- oder Arborio-Reis | 60 Milliliter Olivenöl | 120 Milliliter trockener Weißwein | 800 Milliliter [Hühnerfond](#) oder [Rinderfond](#) oder [Gemüsefond](#) | 110 Gramm Parmesan | 1 Prise Safran | 1 Bio-Orange | 250 Gramm Mehl | 350 Milliliter Wasser | 200 Gramm Paniermehl | 2 Lorbeerblätter | 4 Teelöffel Salz | 100 Gramm Rinderhackfleisch | 75 Gramm Tomaten | 50 Gramm Sellerie | 50 Gramm Karotten | 30 Gramm Zwiebeln | 30 Gramm Erbsen | 6 Mini-Mozzarella | 25 Milliliter trockener Rotwein | 2 Teelöffel Tomatenmark | 1 Teelöffel Zucker | 1,2 Liter Pflanzenöl zum Frittieren



Arancini al ragù | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (1 Tag): 1. Tomate waschen, Kerngehäuse entfernen und würfeln. 2. Sellerie, Möhren und Zwiebel schälen, fein würfeln und in zwei Esslöffeln Olivenöl anbraten. 3. Hackfleisch hinzugeben und krümelig anbraten. 4. Tomatenmark untermengen und mitbraten. 5. Mit Rotwein ablöschen, Lorbeerblatt, Tomatenwürfel, zwei Teelöffel Salz und Zucker hinzugeben. 6. Auf kleiner Flamme köcheln lassen und währenddessen das Risotto vorbereiten.

7. Parmesan reiben 8. Mit einer Reibe etwa einen Teelöffel an Orangenesten abziehen. 9. 60 Milliliter Olivenöl erhitzen und ein Lorbeerblatt hinzugeben. 10. Risottoreis anbraten, bis ein nussiger Duft entsteht. 11. Mit Weißwein ablöschen und unter ständigem Rühren verkochen. 12. Safran hinzufügen. 13. Unter ständigem Rühren 100 Milliliter Fond hinzugeben und in den Reis einarbeiten. Wiederholen bis der komplette Fond vom Reis absorbiert wurde. 14. Orangenesten, Parmesan und einen Teelöffel Salz untermengen und die Reismasse auf einem kalten Blech verstreichen und abdecken. 15. Erbsen zwei Minuten in Salzwasser blanchieren. 16. Ragù von der Hitze nehmen, Erbsen unterrühren und zusammen mit dem Risotto über Nacht ruhen lassen.

17. Risotto in 24 Portionen einteilen. 18. Eine Portion in der Handfläche zu einem Dreieck formen und eine kleine Mulde hineindrücken. 19. Circa einen Esslöffel Ragù und einen halben Mini-Mozzarella in die Mulde geben und mit einer zweiten Portion Risotto verschließen. 20. Reis fest zusammendrücken und so formen, dass der Boden flach und der Bauch des Arancini rund wird. 21. Vorgang wiederholen und auf diese Weise elf weitere Arancini formen.

22. 250 Gramm Mehl, ein Teelöffel Salz mit 350 Milliliter Wasser vermengen, bis eine samtige Masse entsteht. 23. Arancini erst ins Mehlbad tunken, dann vorsichtig in Paniermehl wenden. 24. Öl auf circa 160 Grad erhitzen. Alternativ einen Kochlöffel ins Öl halten und warten, bis am

Griff viele Blasen blubbern. 25. Arancini in kleinen Portionen nacheinander frittieren (und ggf. im Öl wenden), bis sie goldbraun sind. 26. Kurz auf einem Holzbrett abtropfen lassen und möglichst noch heiß servieren.

Probier auch meine [Arancini di riso](#)! Jetzt noch mehr [italienische Rezepte](#), [Fingerfood-Rezepte](#) und [Rezepte mit Mozzarella](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 480 Kalorien | 21,1 Gramm Fett | 57,4 Gramm Kohlenhydrate | 12,3 Gramm Eiweiß