



Zitronen-Risotto mit Feldsalatpesto

⌚ Preparation time: 30 minutes
Cooking time: 0 minutes
Total time: 30 minutes

👤 Portions: 4

Zutaten für 4 (Vorspeisen)Portionen oder 2 Hauptspeisen

Für das Risotto

- 50 g Zwiebel
- 1 kl. Knoblauchzehe
- Eine unbehandelte Bio-Zitrone
- 1-2 EL Kokosöl oder ein anderes Pflanzenöl
- 150 g Risotto-Reis (Rundkornreis)
- Ein Schuss Weißwein (kann durch 50 ml Brühe oder Wasser ersetzt werden)
- 450 ml Gemüsebrühe
- 20 g Margarine (ich benutze Bio-Aslan)
- 2 gehäufte EL Hefeflocken
- Meersalz
- (Weißer) Pfeffer

Für das Feldsalat-Pesto

- 25 g Pinienkerne
- 1 kl. Knoblauchzehe
- 60 g Feldsalat (+ etwas Feldsalat zum Garnieren)
- 1 EL Hefeflocken (ich benutze [diese Hefeflocken von VITAM](#)*/**Amazon Affiliate-Link)
- Eine Prise Salz
- Eine Prise (weißer) Pfeffer
- 1-2 EL Zitronensaft
- 2-3 EL Olivenöl

Tipp: Das Feldsalatpesto könnt Ihr auch schon am Vortag vorbereiten und im Kühlschrank aufbewahren. Es hält sich problemlos 2-3 Tage. Es passt übrigens nicht nur wunderbar zu diesem Risotto sondern lässt sich auch als aromatische Pasta-Soße verwenden. [Hier](#) findet Ihr ein passendes Pasta-Rezept dazu.

Zubereitung (ca. 30 Minuten Arbeitszeit)

1. Bei diesem Rezept mit der Zubereitung des Feldsalatpestos beginnen. Dafür 25 g Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne goldbraun anrösten. 1 kleine Knoblauchzehe schälen. 60 g Feldsalat verlesen, waschen und leicht trocken schleudern.
2. Den Feldsalat mit den gerösteten Pinienkernen, 1 EL Hefeflocken, einer Prise Salz, etwas Pfeffer, 1-2 EL Zitronensaft und 3 EL Olivenöl im Mixer zu einem sämigen Pesto pürieren.
3. Das Pesto mit Zitronensaft und Salz abschmecken und bei Bedarf mit Wasser beliebig verdünnen.
4. Für das Risotto die Zwiebel und eine kleine Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. Eine unbehandelte Bio-Zitrone heiß abwaschen und die Zesten abziehen. Dann die Zitrone auspressen.
5. 1-2 EL Pflanzenöl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel- und Knoblauchstücke kurz anschwitzen und den Reis hineingeben. Reis mit 50 ml Weißwein ablöschen. 150 ml Brühe dazu geben und erhitzen. Wenn der Reis kocht, die Hitze reduzieren und den Reis nur leicht köcheln lassen. Dabei immer wieder rühren und die restliche Brühe nach und nach zugießen. Nach etwa 12-15 Minuten Kochzeit 20 g Margarine in das Risotto einrühren, 2 EL Hefeflocken dazu geben und das Risotto mit Salz, (weißem) Pfeffer und 2-3 EL Zitronensaft würzen. Nach rund 17 Minuten sollte das Risotto fertig und cremig sein. Risotto mit Salz und Zitronensaft abschmecken.
6. Ihr könnt das Risotto in kleinen Schälchen servieren, jeweils 1 EL Pesto kreisförmig einrühren und das Gericht mit den Zitronenzesten und Feldsalat garniert servieren. Oder Ihr benutzt, wie ich, einen Garnier-Ring und richtet das Risotto als "Türmchen" an, garniert dieses mit den Zitronenzesten und gebt einen Klecks Pesto daneben, den Ihr mit einem Löffel ausstreicht. Ganz wie Ihr mögt. Wer möchte, kann das Gericht außerdem mit Feldsalat

verzieren.