

# Zitronen-Risotto mit Feldsalatpesto

Ihr Lieben, Weihnachten rückt langsam näher und viele von Euch planen sicherlich schon das Weihnachtsmenü. Vor allem Veganer machen sich da ja immer viele Gedanken. Festlich und etwas Besonderes soll es sein, auch Nicht-Veganern sollte es schmecken, aber natürlich will man an Heiligabend oder an den Feiertagen auch keine komplizierten und wagemutigen Kochexperimente starten. Mein Tipp: Wählt Euer Menü einfach, aber raffiniert und bietet besser keine Fleischersatz- oder Fertigprodukte an. Nicht-Veganer werden sonst immer ihre eigenen Vergleiche zum "Original" ziehen und das hat eine ausgewogene, pflanzliche Küche gar nicht nötig. Kocht lieber klassische Gerichte, welche Eure Gäste auch kennen und bei denen es gar nicht auffällt, dass sie vegan sind. Als Vorspeise gibt es bei mir in diesem Jahr dieses traumhaft schöne und köstliche Zitronen-Risotto mit Feldsalatpesto. Es ist ganz einfach und schnell zubereitet, bedient sich saisonaler Zutaten und es wird selbst hartnäckige vegan-Kritiker überzeugen. Und mit ein wenig Fantasie angerichtet, sieht es super edel aus. Wenn Ihr nicht wisst, wie man Pesto so hübsch auf einem Teller drapiert, könnt Ihr Euch [dieses Youtube-Video](#) ansehen und schon sieht Eure Vorspeise aus wie aus einem 5 Sterne-Restaurant. Dieses Rezept ist auf vier Vorspeisen-Portionen ausgelegt, kann aber auch für zwei Personen als Hauptspeise serviert werden (entsprechend hochskaliert auch für vier Personen). Ich freue mich jetzt schon auf Euer Feedback, denn mein Freund Julian und ich, wir konnten beim Probe-Essen gar nicht genug davon bekommen. Ich wünsche Euch ein schönes, veganes Fest und wunderbare Feiertage, Eure Lea.

## 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-Alsan)
- 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)**

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. 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. Das Feldsalatpesto habt Ihr mit wenigen Handgriffen hergestellt. Gebt es bis zur Verwendung in den Kühlschrank. Das Pesto mit Zitronensaft und Salz abschmecken und bei Bedarf mit Wasser beliebig verdünnen. 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. 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. 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.

### **Rezepte, die ebenfalls interessant sein könnten**

- [Fenchel-Lauch-Risotto](#)
- [Rosenkohl-Risotto mit Haselnüssen](#)
- [Perlgraupen-Risotto](#)