Rezept

Dinkelrisotto mit Romanesco

Ein Rezept von Dinkelrisotto mit Romanesco, am 16.06.2025

Zutaten

200 g	Romanesco
450-500 ml	Gemüsebrühe
150 g	vorgegarte Dinkelkörner (z. B. "Dinkel wie Reis"
125 g	Kirschtomaten
	Salz
1/2 Bund	Basilikum
1	kleine Zwiebel
1 EL	Olivenöl
1	kleine Knoblauchzehe
30 g	geriebener würziger Hartkäse
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 415 kcal

Zubereitung

1. Den Romanesco waschen, putzen und in kleine Röschen schneiden. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Die Brühe erhitzen und warm halten.

2. Das Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel, Romanesco und Dinkel darin 2-3 Min. andünsten. Den Knoblauch schälen und dazupressen. 1 Schöpfkelle heiße Brühe dazugießen und alles unter Rühren bei mittlerer Hitze offen 10-12 Min. garen, dabei nach und nach jeweils 1 Schöpfkelle heiße Brühe dazugießen.

3. Inzwischen die Tomaten waschen und halbieren. Tomaten und Käse bis auf 1 EL Käse unter den Dinkel heben. Das Risotto mit Salz und Pfeffer würzen. Die Basilikumblätter abzupfen, abreiben und grob hacken. Das Risotto mit dem Basilikum und dem übrigen Käse bestreuen und gleich servieren.