Rezept

Löwenzahnrisotto

Ein Rezept von Löwenzahnrisotto, am 05.07.2025

Zutaten

100 g	Löwenzahnblätter
1	Zwiebel
2 EL	Rapsöl
150 g	Risottoreis (z. B. Arborio)
ca. 600 ml	Gemüsebrühe
	Chiliflocken (Pul Biber)
1 Handvoll	Löwenzahnblüten
30 g	fetter Speck
1 TL	Rohrzucker
100 ml	Weißwein
50 g	Hartkäse (z. B. Sbrinz)

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 620 kcal

Zubereitung

1. Löwenzahnblätter waschen, trocken schütteln und grob hacken. Blüten waschen und die gelben Blütenblättchen abzupfen. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Speck ebenfalls fein würfeln.

2. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel und Speck darin braten, bis das Speckfett ausgelassen ist. Reis dazugeben und kurz anschwitzen, den Wein dazugießen und offen bei mittlerer Hitze 2-3 Min. kochen lassen.

3. 200 ml Brühe hinzufügen und offen bei kleiner Hitze unter Rühren köcheln lassen, bis die Flüssigkeit vom Reis aufgesogen ist. So fortfahren, bis die Brühe aufgebraucht und der Reis gar ist. Das dauert 20-25 Min. Zwischendurch immer wieder umrühren.

4. Den Käse reiben. Käse und Löwenzahnblätter unter den Risotto heben. Den Risotto mit Chiliflocken nach Geschmack abschmecken und mit den Blütenblättern bestreut servieren.