

Les bases

LE RISOTTO DE PRINTEMPS



INGRÉDIENTS

- 300 g de riz à risotto
- 3 sachets d'herbes à bouillon (fenouil, coriandre, persil, cayenne, girofle, genièvre, poivre noir, poivre blanc, marjolaine et de basilic)
- 1/2 oignon
- 1 botte d'asperges vertes
- 500 g de fèves pelées
- 500 g de petits pois
- 100 g de beurre
- 2 poignées de roquette
- 1/2 grenade
- 50 g de pistaches
- 5 cl d'huile d'olive
- 1 citron bio

PRÉPARATION

Plongez les bouillons (herbes) dans 50 cl d'eau très chaude.

Dans une sauteuse, faites suer l'oignon finement ciselé avec l'huile d'olive. Ajoutez le riz, laissez-le nacrer quelques minutes et mouillez peu à peu avec le bouillon pour le faire cuire doucement 14 à 20 min, sans cesser de remuer. Si besoin, rajoutez un peu d'eau chaude.

Écossez les petits pois. Faites-les cuire avec les fèves 3mn à l'eau salée, puis égouttez-les. Réservez.

Lavez les asperges, coupez la base des tiges, puis faites-les cuire 8mn dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les. Détachez les graines de la grenade. Décortiquez les pistaches.

Quand le riz est cuit, ajoutez le beurre, les petits pois et les fèves. Mélangez.

Répartissez le risotto dans 4 assiettes, décorez d'asperges, de pistaches, de roquette et de graines de grenade. Terminez en râpant un peu de zeste de citron au tout dernier moment.

TEMPS DE PRÉPARATION : 30MN
TEMPS DE CUISSON : 30MN
TEMPS TOTAL : 1H