

Risotto d'automne

Le weekend dernier, j'ai acheté de magnifique légumes chez un producteur local. J'ai choisi son magnifique potimarron pour faire ce risotto. Mon chéri adore ça et ma belle maman n'ose pas trop en faire chez elle. Comme on fait tous un peu attention à nos artères, je l'ai fait en version plus légère qu'un risotto traditionnel. Une célébration de l'automne dans ce plat. Merveilleux.

Pour 6 personnes : 2 cups de riz arborrio – 1/4 de potimarron – 2L d'eau – 1 cube de bouillon de volaille dégraissé – 2CS de crème épaisse à 15% – 60g de fromage râpé – 1cc de sauge séchée – Poivre du moulin – 2 grosses poignées de pieds de mouton (les champignons) – 1 oignon rouge – 15g de beurre doux – 3CS d'huile d'olives.

Dans une marmite, placez 2L d'eau et le cube de bouillon de volaille. Apportez à petite ébullition.

Epluchez le potimarron et coupez-le en cubes moyens. Ajoutez-les au bouillon. Attendez l'ébullition et maintenez sur feu moyen.

Emincez finement votre oignon, et réservez.

Nettoyez les champignons et coupez-les en 4 ou 5 morceaux. Réservez.

Dans une poêle, faites fondre votre beurre avec 2CS d'huile d'olives. Faites revenir l'oignon 2 ou 3 minutes puis ajoutez le riz. Faites revenir jusqu'à ce que le riz devienne nacrée (transparent).

Ajoutez une grosse louche de bouillon de cuisson du potimarron. Et remuez jusqu'à absorption totale du bouillon. Recommencez l'opération pendant toute la cuisson (entre 18 et 22min).

En fin de cuisson, faire revenir les champignons dans 1CS d'huile d'olive et un peu de beurre. Attention à ne pas trop les cuire. Il doit rester de la mâche.

Goûtez pour vérifier la cuisson et l'assaisonnement, le riz doit être fondant.

Hors feu, ajoutez la crème, le fromage râpé et la sauge. Remuez bien.

Ajoutez les morceaux de potimarron dans le risotto et remuez. Servez dans une assiette creuse et ajoutez les champignons. Donnez un tour de moulin de poivre.

Servez de suite, le risotto n'attend pas ! Savourez l'automne pleinement.

Risotto carottes et épices

Pourquoi un risotto aux carottes ? J'avais envie de changer de l'éternel risotto aux champignons... Et puis j'avais envie de carottes râpées. Alors l'idée d'incorporer mes carottes râpées à mon risotto à commencer à faire son chemin. Une amie m'a offert récemment une bouteille d'huile olive parfumée au citron et aux gingembre. 2 choses qui vont très bien avec les carottes... Me voici donc lancée. Un risotto, recette résolument italienne, parfumé aux épices d'Asie devrait faire un bon mariage !

Pour 4 personnes : 300ml de riz rond – 1,25cl de bouillon chaud de légumes – 1 cœur de bouillon thaï – 3CS d'huile olive citron & gingembre – 1CS de gingembre moulu – 2 carottes râpées bio – 1CS de crème fraîche épaisse entière – 2CS de ciboulette émincées

Préparez votre bouillon de légumes et ajoutez-y le gingembre moulu. Maintenez très chaud (le bouillon ne doit pas refroidir le risotto à chaque louche).

Dans une sauteuse, faites chauffer votre huile citron/gingembre. Nacrez votre riz (il doit devenir transparent). Ajoutez ensuite le cœur de bouillon et laissez fondre dans le riz en remuant. Ajoutez votre première louche de bouillon et commencez à compter 19min de cuisson. Remuez souvent. Le riz ne doit pas coller au fond. Quand le bouillon a été absorbé, rajoutez une grosse louche de bouillon chaud. Répétez l'opération jusqu'à atteindre 16min de cuisson.

Nous sommes à 3min de la fin de cuisson. Ajoutez les carottes. Continuez d'ajouter du bouillon et remuez.

Si vous manquez de bouillon, et pour évitez que le risotto soit trop salé, ajoutez juste de l'eau bouillante.

Quand la cuisson est terminée (goûter pour vérifier si le riz est bien cuit, sinon poursuivez la cuisson quelques minutes), hors feu, ajoutez la crème fraîche. Goûtez pour vérifiez l'assaisonnement. Ajoutez un peu de poivre blanc si besoin.

Ajoutez maintenant la ciboulette. Mélangez bien.

Servez de suite dans des assiettes creuses (ou bols) bien chauds et laissez-vous emportez loin entre l'Italie et l'Asie !