

Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

RISOTTO AU SAFRAN ET AUX COURGETTES

Pour 2-3 personnes :

Gremolata : 1 grosse gousse d'ail pressée - 3 càs persil plat frais haché - le zeste d'1/2 citron râpé -

Risotto : 20g beurre doux - 1 oignon jaune finement haché - 2 petites courgettes fermes - 200g riz carnaroli ou arborio - 15cl vin blanc sec - 1 càc pistils de safran - 1 litre de bouillon de volaille maison ou pas - sel - poivre - 1 poignée de parmesan râpé - copeaux de parmesan -

Préparation de la gremolata : mélanger l'ail, le persil et zeste de citron râpé. Réserver.

Préparation du risotto : mouiller le safran avec 1 càs d'eau bouillante, réserver. Laver, sécher les courgettes, couper les extrémités puis les couper en dés. Dans une sauteuse, fondre le beurre et faire revenir à feu doux l'oignon haché et les courgettes. Verser le riz et le laisser devenir translucide (2 minutes). Verser le vin blanc et le safran mouillé, cuire jusqu'à ce que le liquide soit évaporé. Mouiller avec 1/3 du bouillon, laisser cuire sur feu moyen jusqu'à évaporation, répéter l'opération jusqu'à épuisement du bouillon. Saler, poivrer. Remuer. Arrêter la cuisson. Répartir le parmesan râpé. Couvrir pendant 1 minute. Remuer.

Servir en saupoudrant de gremolata et décoré de copeaux de parmesan.