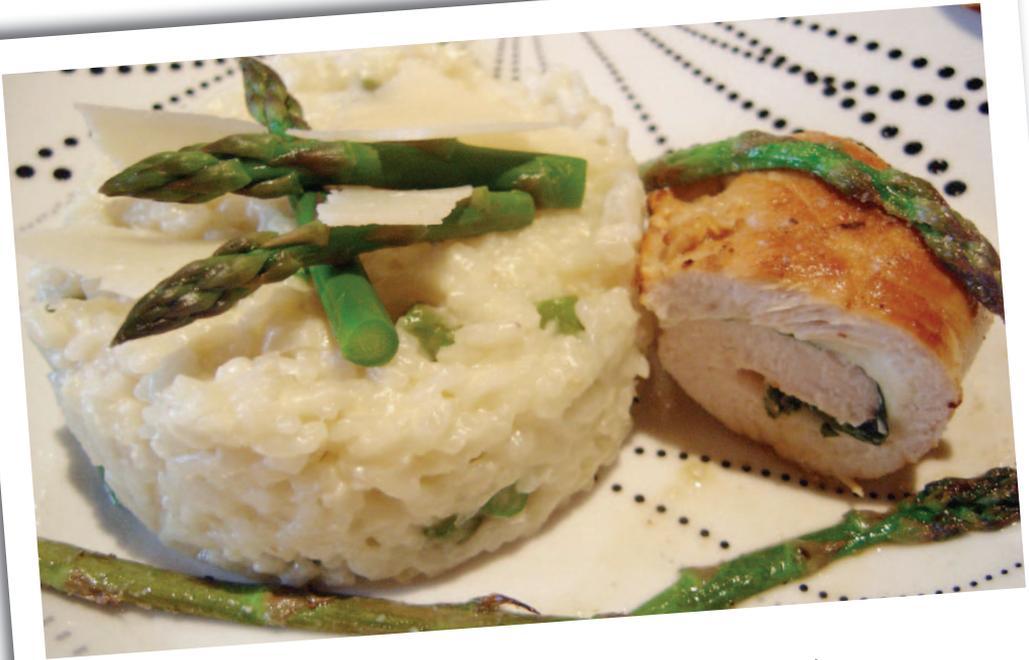


Recette SALÉE

Nombre de personnes : 4 - Temps de préparation : 10 mn

Cuisson : 30 mn - Difficulté : Moyen



Risotto aux asperges

> Préparation

- Faire cuire les asperges à l'eau bouillante salée. Les égoutter ensuite. Garder les pointes pour la décoration et couper les tiges en petits tronçons. Réserver.
- Couper l'échalote en petits morceaux.
- Concasser les pistaches et les faire griller à la poêle.
- Préparer le bouillon de légumes. Laisser dans une casserole, à feu doux. Cela doit être très chaud mais ne pas faire bouillir.
- Dans une sauteuse ou grande casserole, faire chauffer une grosse cuillère à soupe d'huile d'olive. Faire blondir les morceaux d'échalotes et verser le riz. Remuer à sec pendant 4 à 5 minutes environ jusqu'à ce que les grains deviennent translucides. Verser ensuite le vin blanc, mélanger.
- Ajouter ensuite 2 louches de bouillon et mélanger avec une cuillère en bois. Procéder ainsi, 2 louches par 2 louches jusqu'à ce que le riz soit presque cuit. (Au bout de 15 à 20 mn environ).
- Poêler les pointes d'asperges 1 à 2 minutes.
- Ajouter les tronçons d'asperges, les pistaches concassées, une louche de bouillon et le parmesan râpé dans la sauteuse. Saler et poivrer. Laisser cuire 3 à 4 mn, retirer du feu et laisser reposer 2 mn à couvert puis servir.
- Décorer avec les pointes d'asperges et quelques pistaches réservées.

Ingédients

- 200 g riz à Risotto
- 150 g d'asperges
- 50 g de pistaches
- 1 échalote
- 50 g de Parmesan
- huile d'olive
- environ 1 litre de bouillon de légumes
- 10cl de vin blanc
- sel et poivre