

# mon risotto !

PAR LAURA ZAVAN  
PHOTOGRAPHIES DE MARIE-PIERRE MOREL



LES PETITS PLATS  
MARABOUT  
ORIGINAUX & AUTHENTIQUES  
DEPUIS L'AN 2000

C'est en Italie du Nord, au Piémont, en Lombardie et en Vénétie que l'on mange le meilleur risotto. Pourquoi ? La réponse est simple : c'est dans ces régions que l'on cultive le riz à risotto.

L'Italie est le premier pays producteur de riz en Europe : environ 230 000 hectares de rizières en Italie du Nord, dans la plaine du Pô, surtout dans le Piémont et la Lombardie.

La presque totalité de cette culture est dédiée à la qualité « japonica », la seule qui convient au risotto.

Les premières rizières datent du milieu du xve siècle, date à laquelle les réformes agraires furent introduites par les Sforza pour mettre à profit les fréquentes inondations du fleuve Pô et cultiver le riz.

**LAURA ZAVAN**

# **RISOTTO !**

**PHOTOGRAPHIES  
DE MARIE-PIERRE MOREL**

**LES PETITS PLATS**  
MARABOUT  
ORIGINAUX & AUTHENTIQUES  
DEPUIS L'AN 2000

# AU MENU DE LAURA

les conseils de laura.....	4
les bouillons.....	6
la recette de base.....	8

## RISOTTO EN KIT

risotto au safran.....	12
risotto aux cèpes séchés.....	13
risotto purée de truffe blanche et pignons de pin.....	14
risotto balsamico et parmesan.....	15
risotto pommes de terre, romarin et lard.....	16
risotto scamorza fumée, roquette et noix.....	17
risotto infusion gingembre et grenade.....	18
risotto herbes fraîches et crevettes.....	19

## RISOTTO LÉGUMES & FRUITS

risotto primavera.....	20
risotto aux asperges vertes.....	22
risi e bisi (aux petits pois).....	24
risotto artichauts violets.....	26
risotto aux champignons.....	28
risotto à la betterave.....	30
risotto aux légumes anciens.....	32
risotto aux potimarron.....	34
risotto radicchio de trévisé.....	36

risotto fenouil et ricotta.....	40
risotto taleggio.....	38
risotto au gorgonzola.....	42
risotto tomates et basilic.....	44
risotto au melon et citron.....	46
risotto aux fraises.....	48

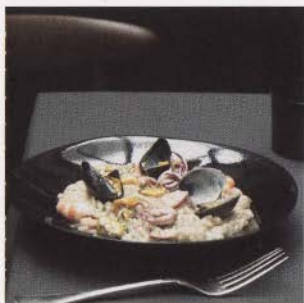
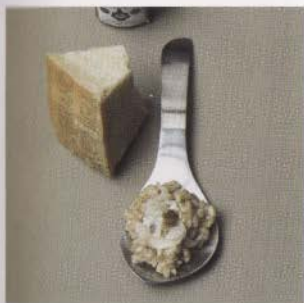
## RISOTTO AU POISSON

risotto aux filets de rouget.....	50
risotto gambas et cèpes.....	52
risotto aux langoustines.....	54
risotto noir aux encornets.....	56
risotto aux fruits de mer.....	58
risotto croquant aux coquilles Saint-Jacques.....	60
risotto à l'anguille fumée.....	62

## RISOTTO À LA VIANDE

risotto au poulet et légumes.....	64
arancini.....	66
risotto à la saucisse.....	68
risotto aux foies de poulet.....	70







ENTATA CASTELLO  
BIVENTO IN DESANA (VC)

RISO SEMIFINO  
VIALONE  
NANO

INGREDIENTI: RISO VIALONE VALDARNO 100%

Produzione limitata

PESO NETTO / NET WEIGHT  
POIDS NET / NETTO GEWICHT 1 kg e

DA CONSUMARSI PREFERIBILMENTE ENTRO IL (vedi retro etichetta)

RISO  
SUPERFINO  
ARBORIO

INGREDIENTI: RISO ARBORIO GARANTITO 100%

Produzione limitata

PESO NETTO / NET WEIGHT  
POIDS NET / NETTO GEWICHT 1 kg e

DA CONSUMARSI PREFERIBILMENTE ENTRO IL (vedi retro etichetta)



ENTATA CASTELLO  
BIVENTO IN DESANA (VC)

RISO  
SUPERFINO  
CARNAROLI

INGREDIENTI: RISO CARNAROLI GARANTITO 100%

CONDATO A MANO  
SO DI DISERBANTI



# LES CONSEILS DE LAURA

## LES INDISPENSABLES

### UN BON RIZ À RISOTTO

La qualité Carnaroli est la rolls des riz à risotto : elle tient bien la cuisson et ses grains restent al dente.

### FAIRE LE MARCHÉ

Un bon risotto se cuisine surtout avec les légumes et les produits de saison.

### UN BON BOUILLON

Sinon, choisir des bouillons cubes biologiques.

### DU PARMESAN

Acheter le parmesan en morceau de 200 g minimum. Il se conserve très bien au réfrigérateur enveloppé dans du film alimentaire. On l'utilisera aussi pour les pâtes, les gratins, etc.

### DES PRODUITS DU PLACARD

Pour pouvoir improviser un risotto à tout moment (cèpes séchés, safran, purée de truffe, herbes aromatiques, fruits secs et bien sûr, du parmesan).  
Voir recettes pages 12 à 19.

## COMMENT LE SERVIR ?

En Italie, dans un repas traditionnel, le risotto est un « primo piatto » : plat servi après l'« antipasto » (hors-d'œuvre) et avant le « secondo piatto » (plat de résistance). On compte généralement 50 à 70 g de riz par personne, ce qui correspond à une bonne poignée. Mais on peut également servir le risotto en plat unique ; dans ce cas, calculer les quantités de riz en fonction de votre appétit !

## QUEL RIZ CHOISIR ?

Les riz à risotto sont riches en amidon. Ainsi, les grains se lient bien entre eux. Ils absorbent les liquides mais ils restent fermes sous la dent. Le Carnaroli, est le meilleur des riz à risotto.  
cuisson : entre 18 et 20 minutes

tendue à la cuisson : +++++

Le Vialone Nano est la variété la plus cultivée et consommée en Vénétie. On le sert « all'onda », c'est-à-dire très fluide, formant comme une vague à la surface de l'assiette quand on l'incline.

cuisson : entre 15 et 16 minutes

tendue à la cuisson : ++++

L'Arborio est la variété la plus connue hors de l'Italie.

cuisson : entre 15 et 16 minutes

tendue à la cuisson : ++





# LES BOUILLONS

## BOUILLON DE LÉGUMES

Dans une grande casserole, porter à ébullition 2,5 litres d'eau avec 2 oignons, 2 carottes, 2 branches de céleri et 2 poireaux. Saler et laisser cuire 40 minutes à feu moyen. Filtrer le bouillon. On peut ajouter à cette base des cosses de petits pois, des queues dures d'asperges...

## BOUILLON DE VOLAILLE

À la base du bouillon de légumes, ajouter une poule (ou des ailes et des cuisses). Recouvrir avec 2,5 litres d'eau, écumer à la première ébullition et laisser frémir au moins 1 heure 30. Filtrer et laisser refroidir pour dégraisser.

## BOUILLON DE BŒUF

À la base du bouillon de légumes, ajouter 500 g de plat de côtes de bœuf et un os. Recouvrir avec 2,5 litres d'eau. Écumer puis réduire le feu. Laisser frémir 2 heures à feu très doux. Saler à la fin. Filtrer et dégraisser. Penser à congeler le bouillon du pot-au-feu du dimanche s'il en reste, il convient parfaitement pour un risotto!

## FUMET DE POISSON

Dans une casserole, faire revenir 5 cl d'huile d'olive avec 2 oignons et 2 poireaux émincés pendant 5 minutes. Ajouter 500 g de parures de poissons rincées, 1 bouquet garni et quelques grains de poivre blanc. Mouiller avec 2,5 litres d'eau, porter à ébullition, écumer puis faire cuire à feu moyen pendant 30 minutes. Filtrer.

## FUMET DE CRUSTACÉS

Dans une casserole, faire revenir 5 cl d'huile d'olive avec 1 oignon, 1 carotte et 1 branche de céleri émincés pendant 5 minutes. Ajouter les têtes et les carapaces des crustacés rincées et 1 bouquet garni. Mouiller avec 10 cl de vin blanc, laisser évaporer puis ajouter, 2,5 litres d'eau, porter à ébullition, écumer puis faire cuire à feu moyen pendant 30 minutes. Filtrer.

## BOUILLON CUBE

Toujours garder dans le réfrigérateur des bouillons en cube ou en poudre à base de légumes, de bœuf ou de volaille. Préférer les biologiques et ceux sans glutamate ni exhausteur de goûts (en vente dans les magasins et les rayons diététiques).

# LA RECETTE DE BASE

## Pour 6 à 8 personnes

450 g de riz à risotto  
(Carnaroli, Arborio ou  
Vialone Nano)  
1,5 l de bouillon de viande  
ou de légumes (page 6)  
1 oignon (100 g)  
2 c. à s. d'huile d'olive  
50 g de beurre froid  
10 cl de vin blanc sec  
(ou bouillon)  
60 g de parmesan râpé  
Sel

**Variante :** Avec cette base, on peut faire un risotto au prosecco (vin blanc pétillant) ou au champagne. Ajouter le vin (une bouteille) petit à petit, en l'alternant avec le bouillon tout au long de la cuisson.

**Pratique :** On peut préparer la 1<sup>re</sup> étape du risotto à l'avance – c'est-à-dire faire revenir l'oignon et le riz, verser le vin, laisser évaporer, saler et stopper la cuisson –, surtout quand on a des invités !

**Express :** Si on est pressé, préparer la première étape comme ci-dessus, puis verser 3 fois le poids du riz de bouillon en une seule fois et faire cuire à couvert sur feu doux 15 minutes environ. Le résultat n'est pas mal, mais différent du vrai risotto...



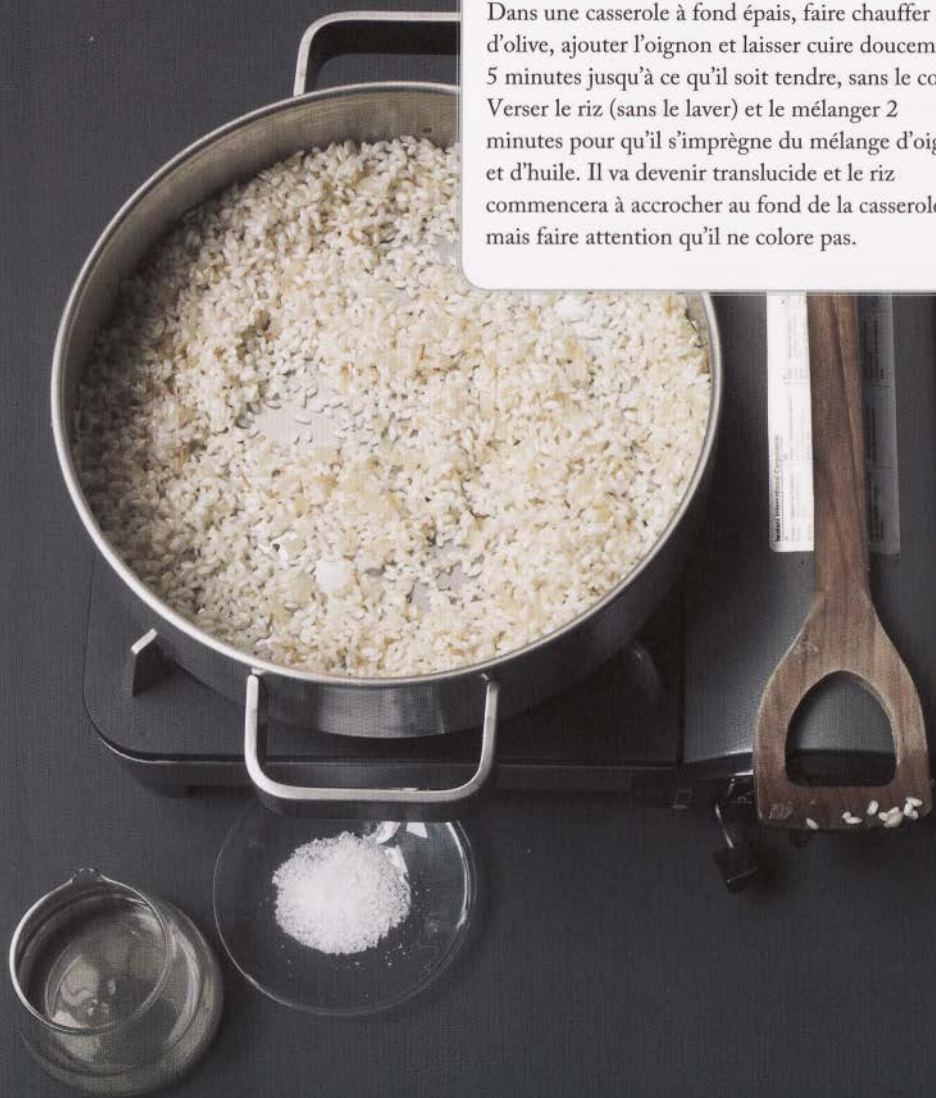
## ÉTAPE 1

Garder le bouillon frémissant sur le feu.

Peler et émincer finement l'oignon.

Dans une casserole à fond épais, faire chauffer l'huile d'olive, ajouter l'oignon et laisser cuire doucement 5 minutes jusqu'à ce qu'il soit tendre, sans le colorer.

Verser le riz (sans le laver) et le mélanger 2 minutes pour qu'il s'imprègne du mélange d'oignon et d'huile. Il va devenir translucide et le riz commencera à accrocher au fond de la casserole mais faire attention qu'il ne colore pas.





## ÉTAPE 2

Mouiller avec le vin et laisser évaporer complètement en remuant. Saler. Verser une louche de bouillon. Poursuivre la cuisson (environ 15 minutes, selon la variété du riz) à feu doux et ajouter du bouillon au fur et à mesure qu'il est absorbé, en remuant régulièrement. Cette méthode de cuisson débarrasse la graine de riz de la couche d'amidon qui se forme autour de son enveloppe et donne au risotto cette consistance onctueuse.

## ÉTAPE 3

En cours de cuisson on pourra ajouter des ingrédients supplémentaires (légumes, viandes, crustacés, etc.). Vérifier la cuisson et l'assaisonnement. Le risotto doit rester plutôt fluide et ses graines bien fermes. Ajouter encore un peu de bouillon si nécessaire.





## ÉTAPE 4

Éteindre le feu et « mantecare », c'est-à-dire, ajouter le beurre froid en morceaux et le parmigiano reggiano ou le grana padano fraîchement râpé en mélangeant rapidement. Couvrir et laisser reposer 2 minutes : cette opération rend le risotto encore plus crémeux. Servir chaud sans attendre, sinon le riz continue à cuire dans la casserole et la texture ne sera plus la même !



# KIT AUX ÉPICES

---

## RISOTTO AU SAFRAN

LES COURSES SPÉCIALES : SAFRAN

LE KIT DE BASE : OIGNON/VIN BLANC SEC/SEL/BOUILLON VIANDE  
DE BŒUF/HUILE D'OLIVE/BEURRE/PARMESAN/RIZ CARNAROLI  
OU ARBORIO

- 1 - Faire revenir à feu doux 1 oignon haché menu pendant 5 minutes avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive.
- 2 - Ajouter 450 g de riz à risotto et mélanger 2 minutes.
- 3 - Mouiller avec 10 cl de vin blanc sec et laisser évaporer. Saler.
- 4 - Poursuivre la cuisson en ajoutant du bouillon chaud au fur et à mesure.
- 5 - Après 12 minutes de cuisson, ajouter 3 pincées de safran dilué dans un peu de bouillon.
- 6 - À la fin de la cuisson, hors du feu, ajouter 50 g de beurre et 60 g de parmesan fraîchement râpé. Mélanger bien et servir chaud.

PRÉPARATION/10 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES

PAGE 12 - RISOTTO EN KIT





# KIT AUX CHAMPIGNONS

## RISOTTO CÈPES SÉCHÉS & PERSIL PLAT

LES COURSES SPÉCIALES : CÈPES SÉCHÉS/PERSIL PLAT

LE KIT DE BASE : OIGNON/VIN BLANC SEC/SEL/BOUILLON DE LÉGUMES  
OU DE VIANDE/HUILE D'OLIVE/BEURRE/PARMESAN/RIZ CARNAROLI  
OU ARBORIO

- 1 - Faire tremper 50 g de cèpes séchés dans un bol d'eau tiède pendant 20 minutes. Les égoutter et les couper en morceaux.
- 2 - Faire revenir, à feu doux, 1 oignon haché menu avec les cèpes pendant 5 minutes dans 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Saler.
- 3 - Ajouter 450 g de riz à risotto, mélanger pendant 2 minutes.
- 4 - Verser 10 cl de vin blanc sec, laisser évaporer. Saler.
- 5 - Poursuivre la cuisson en ajoutant du bouillon chaud au fur et à mesure.
- 6 - À la fin de la cuisson, hors du feu, ajouter 1 petit bouquet de persil plat haché, 50 g de beurre et 60 g de parmesan fraîchement râpé. Mélanger bien et servir chaud.

PRÉPARATION/10 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





PAGE 13 - RISOTTO EN KIT



## KIT TRUFFE-PIGNONS

# RISOTTO PURÉE DE TRUFFE BLANCHE & PIGNONS DE PIN

LES COURSES SPÉCIALES : PURÉE DE TRUFFE BLANCHE/PIGNONS DE PIN  
LE KIT DE BASE : OIGNON/VIN BLANC SEC/SEL/BOUILLON DE VIANDE DE  
BŒUF/HUILE D'OLIVE/BEURRE/PARMESAN/RIZ CARNAROLI OU ARBORIO

- 
- 
- 
- 
- 1 - Faire dorer 4 cuillerées à soupe de pignons de pin à sec, en remuant.
  - 2 - Faire revenir à feu doux 1 oignon haché menu pendant 5 minutes avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive.
  - 3 - Ajouter 450 g de riz à risotto, mélanger 2 minutes.
  - 4 - Mouiller avec 10 cl de vin blanc sec et laisser évaporer. Saler.
  - 5 - Poursuivre la cuisson en ajoutant du bouillon chaud au fur et à mesure.
  - 6 - À la fin de la cuisson, hors du feu, ajouter 25 g de purée de truffe blanche (en tube), 50 g de beurre et 60 g de parmesan fraîchement râpé. Mélanger bien et servir chaud avec les pignons de pin parsemés dessus.

PRÉPARATION/5 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES

PAGE 14 - RISOTTO EN KIT



## KIT AU BALSAMICO

---

# RISOTTO BALSAMICO & PARMESAN

LES COURSES SPÉCIALES : VINAIGRE BALSAMIQUE TRADITIONNEL\*  
LE KIT DE BASE : OIGNON/VIN BLANC SEC/SEL/BOUILLON DE VIANDE  
OU DE LÉGUMES/HUILE D'OLIVE/BEURRE/PARMESAN/RIZ CARNAROLI

- 1 - Faire revenir à feu doux 1 oignon avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive.
- 2 - Ajouter 450 g de riz à risotto, mélanger 2 minutes. Saler.
- 3 - Poursuivre la cuisson en ajoutant du bouillon chaud au fur et à mesure.
- 4 - À la fin de la cuisson, hors du feu, verser 4 cuillerées à soupe de vinaigre balsamique traditionnel, 50 g de beurre et 60 g de parmesan fraîchement râpé. Servir avec des copeaux de parmesan et quelques gouttes de vinaigre balsamique traditionnel dessus.

\* le vinaigre balsamique traditionnel est vieilli au moins 12 ans. À défaut, réduire du bon vinaigre balsamique jusqu'à obtenir une consistance sirupeuse.

PRÉPARATION/5 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES

---

PAGE 15 - RISOTTO EN KIT




# KIT LARD-PATATES

---

## RISOTTO POMME DE TERRE ROMARIN & LARD

LES COURSES SPÉCIALES : ROMARIN/LARD DE COLONNATA/  
POMMES DE TERRE

LE KIT DE BASE : OIGNON/VIN BLANC SEC/SEL/BOUILLON LÉGUMES/  
BEURRE/PARMESAN/RIZ VIALONE NANO

- 
- 1 - Couper 200 g de lard de Colonnata ou lard fermier en fines lamelles et le faire revenir avec 300 g de pommes de terre farineuses coupées en petits dés, 1 gros oignon haché menu et 1 branche de romarin pendant 5 minutes à feu doux.
  - 2 - Ajouter 350 g de riz vialone nano et mélanger 2 minutes.
  - 3 - Mouiller avec 10 cl de vin blanc sec et laisser évaporer. Saler peu.
  - 4 - Poursuivre la cuisson en ajoutant du bouillon chaud au fur et à mesure.
  - 5 - À la fin de la cuisson, hors du feu, ajouter 30 g de beurre et 60 g de parmesan fraîchement râpé. Mélanger bien et servir très fluide « all'onda ».

PRÉPARATION/15 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES

---

PAGE 16 - RISOTTO EN KIT



## KIT AU FROMAGE

---

# RISOTTO SCAMORZA FUMÉE ROQUETTE & NOIX

LES COURSES SPÉCIALES : SCAMORZA FUMÉE/ ROQUETTE/CERNEAUX NOIX  
LE KIT DE BASE : OIGNON/VIN BLANC SEC/SEL/BOUILLON VIANDE/HUILE  
D'OLIVE/BEURRE/PARMESAN/RIZ CARNAROLI OU ARBORIO

- 1 - Faire revenir à feu doux un oignon haché menu pendant 5 minutes avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive.
- 2 - Ajouter 450 g de riz à risotto, mélanger 2 minutes.
- 3 - Verser 10 cl de vin blanc sec, laisser évaporer, Saler.
- 4 - Poursuivre la cuisson en ajoutant du bouillon chaud au fur et à mesure.
- 5 - À la fin de la cuisson, hors du feu, ajouter 150 g de scamorza fumée (fromage) hachée, 20 cerneaux de noix en morceaux, 30 g de roquette équeutée et hachée, 30 g de beurre et 40 g de parmesan fraîchement râpé. Mélanger bien et servir chaud.

PRÉPARATION/10 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES




PAGE 17 - RISOTTO EN KIT



## KIT EXOTIQUE

# RISOTTO INFUSION GINGEMBRE & GRENADE

LES COURSES SPÉCIALES : INFUSION PARFUMÉE AUX ÉPICES (TYPE RIVIÈRES  
POURPRES CHEZ PARFUM DE TABLE)/ GINGEMBRE FRAIS/GRENADE  
LE KIT DE BASE : OIGNON/EAU/SEL/HUILE D'OLIVE/BEURRE/PARMESAN /  
RIZ CARNAROLI OU ARBORIO

- 
- 
- 
- 1 - Porter à ébullition 1,5 litre d'eau. Faire infuser 8 cuillerées à soupe d'infusion parfumée aux épices pendant 6 minutes. Saler avec 15 g de gros sel et laisser sur feu doux.
  - 2 - Faire revenir à feu doux 1 oignon pendant 5 minutes avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Ajouter 450 g de riz à risotto, mélanger 2 minutes. Saler.
  - 3 - Verser 2 louches d'infusion chaude, ajouter 1 cuillerée à café de gingembre râpé. Poursuivre la cuisson en ajoutant l'infusion chaude au fur et à mesure.
  - 5 - Hors du feu, ajouter 40 g de beurre et 40 g de parmesan fraîchement râpé. Mélanger bien et servir chaud parsemé de grenade.

PRÉPARATION/10 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES

PAGE 18 - RISOTTO EN KIT





# KIT CRUSTACÉ

---

## RISOTTO HERBES FRAÎCHES & CREVETTES

LES COURSES SPÉCIALES : HERBES FRAÎCHES : PERSIL, CERFEUIL, ESTRAGON,  
BASILIC, CORIANDRE, MENTHE/CREVETTES CUITES

LE KIT DE BASE : OIGNON/VIN BLANC SEC/SEL/BOUILLON DE LÉGUMES/  
HUILE D'OLIVE/BEURRE/PARMESAN/RIZ CARNAROLI OU ARBORIO

- 1 - Faire revenir à feu doux un oignon pendant 5 minutes avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive.
- 2 - Ajouter 450 g de riz à risotto, mélanger 2 minutes. Verser 10 cl de vin blanc sec, laisser évaporer. Saler.
- 3 - Poursuivre la cuisson en ajoutant du bouillon chaud au fur et à mesure.
- 4 - À la fin de la cuisson, hors du feu, ajouter des herbes fraîches ciselées et mélangées, 18 à 24 crevettes cuites décortiquées et coupées en morceaux, 40 g de beurre et 20 g de parmesan fraîchement râpé. Mélanger bien et servir chaud.

PRÉPARATION/15 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES

---

PAGE 19 - RISOTTO EN KIT



# RISOTTO PRIMAVERA

## UNE RECETTE AUX PETITS LEGUMES DE PRINTEMPS

### LE KIT DE BASE

400 g de riz Vialone Nano  
1 oignon  
10 cl de vin blanc sec  
1,5 l de bouillon de légumes  
2 c. à s. d'huile d'olive  
50 g de beurre  
60 g de parmesan râpé  
sel

### LA GARNITURE

3 artichauts poivrade  
1 botte d'asperges vertes  
(350 g)  
250 g de courgettes  
2 petites carottes nouvelles  
250 g de petits pois écossés  
100 g de haricots verts  
5 branches de persil  
4 c. à s. d'huile d'olive  
sel

### LES LÉGUMES

- 1 - Couper les artichauts en 8 quartiers, les courgettes en petits dés, les asperges en rondelles (garder les pointes et éliminer 3 cm à la base).
- 2 - Poêler séparément ces légumes avec l'huile d'olive pendant 2 ou 3 minutes. Saler.
- 3 - Ébouillanter les pointes d'asperges 2 minutes.

### LE RISOTTO

- 1 - Dans une casserole, faire chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive, ajouter l'oignon finement haché et, laisser cuire doucement pendant 5 minutes.
- 2 - Verser le riz et avec une cuillère en bois, mélanger constamment, sur feu vif, jusqu'à ce qu'il devienne translucide (1 ou 2 minutes).
- 3 - Mouiller avec le vin, laisser évaporer en remuant, puis saler.
- 4 - Verser une louche de bouillon très chaud, incorporer les petits pois, les haricots verts et les carottes coupés en petits dés.
- 5 - Continuer la cuisson à feu doux en ajoutant le bouillon dès qu'il est absorbé.
- 6 - Trois minutes avant la fin de la cuisson du riz, ajouter dans la casserole les autres légumes.
- 7 - Retirer le risotto du feu, ajouter le persil haché, le beurre et le parmesan râpé, mélanger rapidement. Couvrir et attendre 2 minutes, avant de servir « all'onda », c'est-à-dire fluide.

PRÉPARATION/40 MINUTES  
CUISSON/40 MINUTES

POUR 6 PERSONNES







# RISOTTO AUX ASPERGES VERTES

## UNE RECETTE AUSSI AU MASCARPONE

### LE KIT DE BASE

450 g de riz Vialone Nano  
(de préférence)  
1,5 l de bouillon de légumes  
10 cl de vin blanc sec  
1 oignon  
2 c. à s. d'huile d'olive  
80 g de parmesan râpé  
sel, poivre

### LA GARNITURE

1 kg d'asperges vertes  
80 g de mascarpone  
30 g de beurre

### VARIANTE

Ce risotto est aussi délicieux avec des asperges blanches : faire cuire les pointes et les tiges les plus tendres (coupées en morceaux de 1 cm) 2 à 3 minutes dans le bouillon, puis les incorporer au riz à mi-cuisson.

### LES ASPERGES

- 1 - Couper la partie la plus dure des asperges qu'on pourra ajouter au bouillon.
- 2 - Couper les tiges tendres en rondelles et les faire revenir dans 20 g de beurre, à feu doux, 2 à 3 minutes, puis saler. Les asperges doivent rester croquantes.
- 3 - Ébouillanter les pointes, 2 minutes à l'eau salée, et les faire revenir 1 minute dans une noix de beurre. Réserver.

### LE RISOTTO

- 1 - Dans une casserole à fond épais, faire revenir 5 minutes, à feu doux, l'oignon finement haché avec l'huile d'olive.
- 2 - Verser le riz et mélanger à feu vif 2 minutes, sans le colorer.
- 3 - Mouiller avec le vin, laisser évaporer, saler.
- 4 - Ajouter au fur et à mesure le bouillon chaud, en remuant de temps en temps. Au bout de 10 minutes, ajouter les rondelles d'asperges.
- 5 - Dès que le risotto est cuit, incorporer, hors du feu, le mascarpone, le parmesan, le poivre et les pointes d'asperges.
- 6 - Couvrir et laisser reposer 2 minutes avant de servir.

### CONSEIL

Pour une recette plus rapide, cuire les rondelles d'asperges avec l'oignon et ajouter les pointes d'asperges aux trois quarts de la cuisson du risotto.

PRÉPARATION/30 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISI E BISI (AUX PETITS POIS)

## PLAT TRADITIONNEL DE VENISE

### LE KIT DE BASE

400 g de riz Vialone Nano  
1,5 l de bouillon de viande  
(ou de légumes)  
2 oignons frais  
60 g de beurre  
60 g de parmesan râpé  
sel, poivre

### LA GARNITURE

1 kg de petits pois frais  
non écosés  
(ou 400 g de petits pois  
écosés)  
60 g de pancetta (poitrine)  
1 c. à s. de persil haché

### REMARQUE

Attention, les petits pois  
frais les plus fins ont une  
cuisson plus rapide :  
les incorporer seulement  
5 minutes avant la fin  
de la cuisson du riz.

### LES PETITS POIS

1 - Écosser les petits pois puis les laver.  
2 - Faire cuire les cosques dans le bouillon pour  
donner plus de goût au risotto.

### LA PANCETTA

1 - Dans une casserole à fond épais, faire revenir les oignons  
hachés et la poitrine coupée en petits dés avec 20 g de beurre.

### LE RISOTTO

1 - Verser le riz et mélanger pendant 2 minutes  
pour qu'il s'imprègne bien de l'assaisonnement.  
2 - Au bout de quelques minutes, incorporer les petits pois  
et ajouter une louche de bouillon.  
3 - Mouiller avec le bouillon au fur et à mesure  
qu'il est absorbé. Saler et laisser cuire à feu doux,  
en remuant. Vérifier l'assaisonnement.  
4 - Hors du feu, incorporer le persil, le beurre et le  
parmesan. Poivrer. Couvrir 2 minutes avant de servir.  
Ce plat est servi « all'onda » : bien fluide.

### CONSEIL

On peut passer au moulin à légumes les cosques de petits pois  
et les ajouter au bouillon. Le risotto prendra alors de la couleur !

PRÉPARATION/30 MINUTES  
CUISSON/45 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO ARTICHAUTS VIOLETS

## UN CLASSIQUE ITALIEN

### LE KIT DE BASE

450 g de riz Vialone Nano  
2 échalotes hachées  
10 cl de vin blanc sec  
1,5 l de bouillon de volaille  
2 c. à s. d'huile d'olive  
60 g de beurre froid  
80 g de parmesan râpé  
sel

### LA GARNITURE

1 dizaine de petits artichauts violets (poivrades)  
le jus de 1 citron  
1 c. à s. de persil plat haché  
1 gousse d'ail  
2 c. à s. d'huile d'olive  
sel

### LES ARTICHAUTS

1 - Nettoyer les artichauts, couper environ 1,5 cm de leur tête et la queue. Enlever les feuilles les plus dures et le foin à l'intérieur. Mettre les artichauts dans de l'eau citronnée pour qu'ils ne noircissent pas.  
2 - Couper les artichauts en fines lamelles, puis les faire revenir à la poêle, avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive et 1 gousse d'ail. Baisser le feu et les faire cuire pendant 5 minutes : ils doivent être croustillants. Saler.

### LE RISOTTO

1 - Dans une casserole à fond épais, faire revenir doucement les échalotes hachées avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive.  
2 - Verser le riz et mélanger sur feu vif 2 minutes, sans le colorer.  
3 - Verser le vin blanc, laisser évaporer, puis mouiller avec une louche de bouillon chaud. Saler. Poursuivre la cuisson, à feu moyen, en versant du bouillon au fur et à mesure.  
4 - Au bout de 10 minutes, ajouter les artichauts poêlés.  
5 - Dès que le riz est cuit, incorporer, hors du feu, le persil haché, le poivre, 60 g de beurre froid et le parmesan. Laisser reposer 2 minutes, à couvert, avant de servir.

PRÉPARATION/15 MINUTES  
CUISSON/30 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO AUX CHAMPIGNONS

UN CLASSIQUE, UN DES MEILLEURS!

## LE KIT DE BASE

400 g de riz Carnaroli  
1 gousse d'ail  
3 ou 4 échalotes  
10 cl de vin blanc sec  
1,5 l de bouillon de viande  
2 c. à s. d'huile d'olive  
60 g de beurre froid  
80 g de parmesan râpé  
sel

## LA GARNITURE

1 kg de champignons frais  
(cèpes, girolles, trompettes  
de la mort, chanterelles etc.)  
2 c. à s. de persil haché  
1 gousse d'ail  
3 c. à s. d'huile d'olive  
30 g de beurre  
sel, poivre

## VARIANTE

On peut également utiliser  
des champignons séchés  
ou congelés (les faire cuire  
sans les décongeler).

## LES CHAMPIGNONS

1 - Nettoyer les champignons, enlever la terre du pied à l'aide d'un petit couteau. Les laver rapidement en les plongeant 2 fois dans de l'eau claire, puis les sécher sur un torchon. Couper les gros champignons en morceaux.  
2 - Dans une poêle antiadhésive, faire chauffer 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive et 1 noix de beurre avec 1 gousse d'ail entière. Ajouter un seul type de champignons à la fois et faire cuire à feu vif, sans mélanger, jusqu'à ce qu'ils aient rendu toute l'eau. Saler et poivrer. Remuer, baisser le feu et faire cuire encore 2 à 3 minutes. Répéter l'opération avec les autres champignons.  
3 - Mélanger tous les champignons ensemble, ôter l'ail, ajouter le persil haché et réserver au chaud.

## LE RISOTTO

1 - Faire chauffer le bouillon.  
2 - Dans une casserole à fond épais, faire revenir les échalotes et 1 gousse d'ail (sans germe) finement hachés avec l'huile d'olive pendant 5 minutes à feu doux.  
3 - Verser le riz et mélanger à feu vif 2 minutes, sans le colorer.  
4 - Mouiller avec le vin, laisser évaporer. Saler. Ajouter au fur et à mesure le bouillon chaud, en remuant de temps en temps.  
5 - Au bout de 10 minutes de cuisson, ajouter les champignons. Rectifier l'assaisonnement.  
6 - Dès que le risotto est cuit (compter 18 à 20 minutes environ), incorporer, hors du feu, 60 g de beurre, le parmesan, couvrir et laisser reposer 2 minutes puis servir.

PRÉPARATION/1 HEURE  
CUISSON/40 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO À LA BETTERAVE

## LE KIT DE BASE

450 g de riz Carnaroli  
ou Arborio  
3 échalotes  
10 cl de vin blanc sec  
1,5 l de bouillon de légumes  
3 c. à s. d'huile d'olive  
40 g de beurre froid  
40 g de parmesan râpé  
sel, poivre

## LA GARNITURE

6 betteraves crues,  
crapaudine de préférence  
(ou 50 cl de jus de betterave)  
1 betterave crue moyenne  
2 betteraves cuites  
moyennes  
1 c. à s. d'huile d'olive

## REMARQUE

Si on n'a pas de centrifugeuse, utiliser du jus de betterave en bouteille, en vente dans les magasins de produits biologiques.

## LES BETTERAVES

- 1 - Éplucher et centrifuger 6 betteraves crues afin d'obtenir 50 cl de jus.
- 2 - Éplucher et mixer les betteraves cuites.
- 3 - Éplucher et couper en fines rondelles 1 betterave crue. Les poêler rapidement avec 1 cuillerée à soupe d'huile. Saler. Garder au chaud.
- 4 - Verser le jus de betterave dans une casserole et le faire réduire de moitié sur feu doux. Garder au chaud

## LE RISOTTO

- 1 - Éplucher et hacher menu les échalotes. Les faire cuire dans 2 cuillerées à soupe d'huile sur feu doux pendant 4 à 5 minutes.
- 2 - Ajouter ensuite le riz et le mélanger à feu vif jusqu'à ce qu'il devienne translucide.
- 3 - Mouiller avec le vin, laisser évaporer puis verser une louche de bouillon frémissant. Mélanger.
- 4 - Poursuivre la cuisson à feu moyen en remuant et ajouter du bouillon au fur et à mesure qu'il est absorbé. Au bout de 10 minutes, ajouter les betteraves mixées (pour donner une texture plus épaisse) et le jus de betterave réduit, au fur et à mesure.
- 5 - Quand le risotto est cuit (compter environ 18 minutes), ajouter, hors du feu, le beurre et le parmesan râpé, mélanger rapidement. Laisser reposer 2 minutes couvert.
- 6 - Servir avec quelques rondelles de betterave poêlées et avec du poivre fraîchement moulu.

PRÉPARATION/30 MINUTES  
CUISSON/30 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO AUX LÉGUMES ANCIENS

## LE KIT DE BASE

400 g de riz Carnaroli  
ou Arborio  
1 oignon  
10 cl de vin blanc sec  
1,5 l de bouillon de légumes  
ou de viande  
2 c. à s. d'huile d'olive  
40 g de beurre froid  
40 g de parmesan râpé  
sel

## LA GARNITURE

200 g de cerfeuil tubéreux  
200 g de racines de persil  
200 g de panais  
200 g de betterave jaune  
2 c. à s. d'huile d'olive  
sel, poivre

## LES LÉGUMES

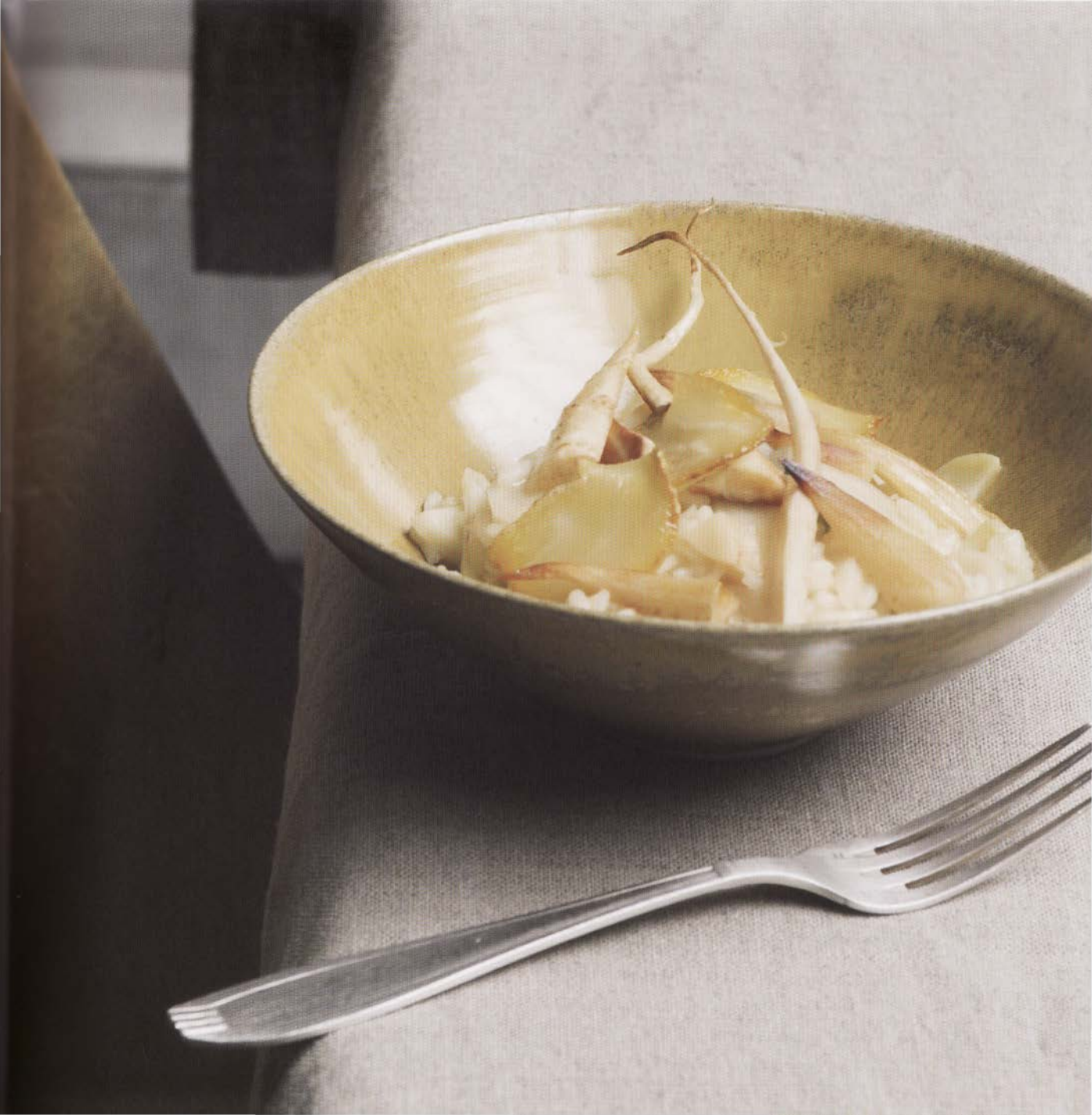
- 1 - Laver et éplucher les légumes et ajouter les épluchures dans le bouillon.
- 2 - Découper ces légumes en rondelles de 3 mm environ. Garder à côté les extrémités pointues de ces légumes et quelques rondelles de betterave.
- 3 - Poêler les légumes en rondelles pendant 3 minutes avec 2 cuillerées à soupe d'huile. Saler.
- 4 - Ensuite, faire dorer les autres et réserver pour la présentation du plat.

## LE RISOTTO

- 1 - Dans une casserole, faire revenir l'oignon haché 5 minutes à feu doux dans l'huile d'olive.
- 2 - Ajouter le riz et le mélanger à feu vif pendant 2 minutes.
- 3 - Mouiller avec le vin, laisser évaporer, ajouter une louche de bouillon frémissant, mélanger bien et incorporer les légumes racines. en tranches.
- 4 - Poursuivre la cuisson à feu moyen en remuant régulièrement et ajouter du bouillon au fur et à mesure qu'il est absorbé.
- 5 - Lorsque le riz est cuit (compter 15 à 18 minutes environ), incorporer, hors du feu, le beurre et le parmesan râpé. Mélanger rapidement. Couvrir et laisser reposer 2 minutes. Servir le risotto avec les légumes qu'on a gardé de côté.

PRÉPARATION/30 MINUTES  
CUISSON/30 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO AUX POTIMARRON

## LE KIT DE BASE

300 g de riz Vialone Nano  
2 échalotes  
10 cl de vin blanc sec  
1,5 l de bouillon de volaille  
2 c. à s. d'huile d'olive  
50 g de beurre froid  
80 g de parmesan râpé  
sel

## LA GARNITURE

500 g de purée  
de potimarron  
300 g de potimarron  
20 g de beurre  
2 pincées de muscade  
2 pincées de cannelle  
en poudre  
huile d'olive

## LE POTIMARRON

1 - Couper le potimarron en petits dés.  
2 - Faire revenir les cubes de potimarron à la poêle 2 minutes avec un filet d'huile d'olive et deux noix de beurre.

## LE RISOTTO

1 - Dans une casserole à fond épais, faire cuire doucement les 2 autres échalotes hachées avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Verser le riz et le faire revenir sur feu vif 2 minutes, sans le colorer.  
2 - Mouiller avec une louche de bouillon chaud, mélanger bien et saler. Poursuivre la cuisson, à feu moyen, ajouter les dés de potimarron et le bouillon au fur et à mesure, en remuant souvent.  
3 - Au bout de 10 minutes, ajouter la purée de potimarron et les épices, et continuer à verser du bouillon.  
4 - Dès que le riz est cuit (compter 16 minutes environ), rectifier l'assaisonnement et incorporer, hors du feu, 50 g de beurre froid et le parmesan. Laisser reposer 2 minutes, à couvert.

## NOTE

Choisir un potimarron de 1,2 kg. Pour faire la purée, le couper en gros morceaux et le cuire à la vapeur jusqu'à ce qu'il soit bien tendre, environ 15 minutes. Mixer (avec la peau, s'il est bio).

## VARIANTE

Hors du feu, ajouter 2 cuillerées à soupe de mostarda de Cremona mixée et 2 biscuits amaretti mixés.

PRÉPARATION/20 MINUTES  
CUISSON/30 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO RADICCHIO DE TRÉVISE

## LE KIT DE BASE

400 g de riz Vialone Nano  
2 échalotes  
10 cl de vin rouge  
1,5 l de bouillon de viande  
ou de légumes  
2 c. à s. d'huile d'olive  
50 g de beurre froid  
80 g de parmesan râpé  
sel

## LA GARNITURE

800 g de radicchio  
de Trévise tardif  
(chicorée rouge)  
10 cl de vin rouge  
2 échalotes  
2 c. à s. d'huile d'olive  
20 g de beurre  
sel, poivre

## LE RADICCHIO

1 - Pour préparer le radicchio, couper une partie de la racine, en gardant 1 ou 2 cm, puis l'éplucher. Diviser le radicchio en quatre, dans le sens de la longueur. Laver, sécher et couper en morceaux de 3 cm.  
2 - Dans une poêle, faire cuire 2 échalotes finement hachées avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive et 20 g de beurre pendant 3 minutes à feu doux. Ajouter le radicchio, le faire revenir 1 minute à feu vif.  
3 - Mouiller avec la moitié du vin rouge, laisser évaporer, saler, poivrer et faire cuire à feu moyen pendant quelques minutes encore. Il doit rester croquant. Réserver.

## LE RISOTTO

1 - Dans une casserole, faire cuire 2 échalotes hachées avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive pendant 5 minutes.  
2 - Verser le riz, le faire revenir à feu vif, 2 minutes environ, jusqu'à ce qu'il devienne nacré.  
3 - Mouiller avec le vin restant et laisser évaporer en remuant. Saler. Ajouter une louche de bouillon très chaud et poursuivre la cuisson à feu moyen, en versant du bouillon au fur et à mesure que le riz l'absorbe et en mélangeant souvent.  
4 - Au bout de 10 minutes de cuisson, ajouter la sauce de radicchio chaude et mélanger bien.  
5 - Dès que le risotto est cuit (compter 16 minutes environ), incorporer, hors du feu, le beurre et le parmesan, couvrir et laisser reposer 2 minutes. Décorer avec des pointes de radicchio crues.

PRÉPARATION/25 MINUTES  
CUISSON/30 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO FENOUIL ET RICOTTA

UN PLAT INSPIRE D'UNE RECETTE DE CALABRE

## LE KIT DE BASE

400 g de riz Vialone Nano  
1 oignon  
10 cl de vin blanc sec  
2 c. à s. d'huile d'olive  
40 g de beurre froid  
50 g de parmesan râpé  
sel

## LA GARNITURE

3 fenouils moyens  
2 l d'eau  
200 g de ricotta  
2 c. à s. d'huile d'olive

## LES FENOUILS

- 1 - Laver les fenouils et les couper en quatre. Garder quelques brins verts pour la présentation.
- 2 - Porter à ébullition 2 litres d'eau, saler et ajouter les fenouils (sauf 2 quartiers). Laisser cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Les égoutter, les couper en dés et garder l'eau sur le feu pour cuire le risotto.
- 3 - Couper très finement les deux quartiers de fenouil restants, les faire poêler 2 à 3 minutes dans un filet d'huile. Saler. Ils doivent rester croquants. Réserver pour la présentation du plat.

## LE RISOTTO

- 1 - Dans une casserole, faire revenir l'oignon haché pendant 5 minutes à feu doux dans l'huile d'olive.
- 2 - Ajouter ensuite le riz et mélanger à feu vif pendant 2 minutes.
- 3 - Mouiller avec le vin, laisser évaporer, puis ajouter une louche d'eau des fenouils bouillante et le fenouil bouilli, coupé en morceaux.
- 4 - Poursuivre la cuisson 15 minutes à feu moyen en remuant et ajouter de l'eau bouillante au fur et à mesure qu'elle est absorbée.
- 5 - Rectifier l'assaisonnement avant d'incorporer, hors du feu, le beurre et le parmesan râpé. Mélanger rapidement.
- 6 - Laisser reposer 2 minutes couvert, puis servir « all'onda », c'est-à-dire fluide, avec une cuillerée de ricotta, les fenouils poêlés et un brin de vert des fenouils.

PRÉPARATION/15 MINUTES  
CUISSON/40 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO TALEGGIO

## UNE RECETTE AUSSI AUX NOISETTES

### LE KIT DE BASE

400 g de riz Carnaroli  
ou Arborio  
1 oignon  
10 cl de vin blanc sec  
1,5 l de bouillon de légumes  
2 c. à s. d'huile d'olive  
40 g de beurre froid  
40 g de parmesan râpé  
sel

### LA GARNITURE

300 g de taleggio  
100 g de noisettes  
décortiquées  
2 petits brins de romarin  
(10 cm)

### LES NOISETTES

- 1 - Faire griller les noisettes quelques minutes à four chaud (180 °C) ou à la poêle.
- 2 - Enlever leur peau en les frottant avec les mains puis les hacher grossièrement.

### LE TALEGGIO

- 1 - Enlever la croûte du taleggio et le couper en petits dés.

### LE RISOTTO

- 1 - Dans une casserole à fond épais, faire revenir l'oignon finement haché dans l'huile d'olive 5 minutes à feu doux. Verser le riz et mélanger à feu vif 2 minutes, sans le colorer.
- 2 - Mouiller avec le vin, laisser évaporer en remuant. Saler et ajouter les brins de romarin. Verser au fur et à mesure le bouillon chaud, en mélangeant souvent.
- 3 - Dès que le risotto est prêt (compter 16 à 18 minutes environ), incorporer, hors du feu, le taleggio à l'aide d'une cuillère puis rectifier l'assaisonnement.
- 4 - Ajouter le beurre, le parmesan et la moitié des noisettes. Mélanger bien, couvrir et laisser reposer 2 minutes.
- 5 - Servir le risotto parsemé de noisettes grillées.

### VARIANTE

Le taleggio est un fromage au lait de vache très parfumé de Lombardie. En saison, on peut le remplacer par du vacherin mont-d'or.

PRÉPARATION/15 MINUTES  
CUISSON/20 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO AU GORGONZOLA

## UNE RECETTE AUSSI AUX POIRES

### LE KIT DE BASE

450 g de riz Carnaroli  
ou Arborio  
1 oignon  
1,5 l de bouillon de volaille  
(ou de légumes)  
10 cl de vin blanc sec  
2 c. à s. d'huile d'olive  
30 g de beurre froid  
40 g de parmesan râpé  
sel

### LA GARNITURE

200 g de gorgonzola  
3 poires  
1 branche céleri  
60 g de mascarpone

### VARIANTE

Ajouter des fruits  
secs comme des noix  
ou des noisettes.

### LES POIRES

- 1 - Couper 6 belles tranches de poires (pour décorer), puis les poêler 1 minute de chaque côté avec une noix de beurre.
- 2 - Éplucher les poires restantes puis les couper en dés.

### LE GORGONZOLA

- 1 - Ôter la croûte et couper le gorgonzola en petits morceaux.

### LE RISOTTO

- 1 - Dans une casserole, faire cuire à feu doux l'oignon et le céleri finement émincés, avec l'huile d'olive pendant 5 minutes.
- 2 - Verser le riz, le faire revenir à feu vif jusqu'à ce qu'il devienne nacré.
- 3 - Mouiller avec le vin et laisser évaporer en remuant. Saler. Ajouter une première louche de bouillon très chaud et poursuivre la cuisson à feu moyen, en versant du bouillon au fur et à mesure que le riz l'absorbe et en mélangeant souvent.
- 4 - Dès que le risotto est cuit (environ 18 minutes), ajouter les morceaux de gorgonzola et les dés de poires. Poivrer et mélanger bien.
- 5 - Hors du feu, « mantecare » : incorporer le mascarpone et le parmesan, couvrir et laisser reposer 2 minutes. Servir avec la poire poêlée.

### REMARQUE

Le gorgonzola est un fromage au lait de vache persillé, originaire de Lombardie. Le choisir bien crémeux.

PRÉPARATION/20 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES



# RISOTTO TOMATES ET BASILIC

## LE KIT DE BASE

450 g de riz Carnaroli  
ou Arborio  
1 oignon  
1,5 l de bouillon de volaille  
(ou de légumes)  
2 c. à s. d'huile d'olive  
60 g de beurre froid  
60 g de parmesan râpé  
sel

## LA GARNITURE

1 kg de tomates allongées  
bien mûres  
12 à 18 tomates cerises  
1 bouquet de basilic  
1 gousse d'ail  
3 c. à s. d'huile d'olive  
sel, poivre

## CONSEIL

Si ce n'est pas la saison  
des tomates, les remplacer  
par des tomates en  
conserves, et le basilic par  
de la roquette ciselée ou du  
romarin finement haché.

## LES TOMATES ALLONGÉES

**1** - Inciser la peau des tomates, les plonger dans l'eau  
bouillante 1 minute puis les rafraîchir, enlever la  
peau, les épépiner et les couper en morceaux.  
**2** - Les faire revenir à la poêle 2 minutes avec 2 cuillerées  
à soupe d'huile d'olive et 1 gousse d'ail écrasée. Saler,  
poivrer puis ajouter la moitié du basilic ciselé.

## LES TOMATES CERISES

**1** - Poêler 1 minute à feu vif les tomates cerises  
avec 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive.

## LE RISOTTO

**1** - Dans une casserole, faire revenir l'oignon haché à feu doux  
dans 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive pendant 5 minutes.  
**2** - Verser le riz et mélanger 2 minutes sur feu  
vif, jusqu'à ce qu'il devienne nacré.  
**3** - Mouiller avec une louche de bouillon très chaud, puis ajouter  
les tomates concassées. Mélanger bien avec une cuillère en bois.  
Ajouter le bouillon chaud au fur et à mesure qu'il est absorbé.  
**4** - Au bout de 16 à 18 minutes, quand le riz est encore al dente,  
éteindre le feu puis incorporer le beurre en morceaux, le parmesan  
et le basilic ciselé. Laisser reposer 2 minutes avant de servir.  
**5** - Décorer avec les tomates cerises poêlées  
et quelques feuilles de basilic.

PRÉPARATION/25 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO AU MELON ET CITRON

## LE KIT DE BASE

400 g de riz Carnaroli  
ou Arborio  
1 oignon doux  
1,5 l de bouillon de viande  
(ou de légumes)  
3 c. à s. de marsala  
(ou de porto)  
2 c. à s. d'huile d'olive  
50 g de beurre froid  
50 g de parmesan râpé  
sel

## LA GARNITURE

1 melon mûr  
de 1 kg environ  
Le zeste râpé de 1 citron  
non traité  
20 g de beurre  
Sel, poivre  
½ oignon

## VARIANTE

Remplacer le melon par  
la pulpe de 2 mangues,  
les incorporer crue aux  
¾ de la cuisson du riz.

## LE MELON

1 - Couper le melon en deux, puis enlever les pépins.  
Avec une cuillère « parisienne », faire de petites boules  
dans le melon et racler la pulpe restante. Réserver.  
2 - Dans une poêle, faire chauffer 20 g de beurre et faire  
revenir, à feu doux, ½ oignon finement haché. Ajouter les  
petites boules de melon et les faire revenir 1 minute.

## LE RISOTTO

1 - Dans une sauteuse, faire chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile  
d'olive, ajouter l'oignon et la pulpe restante du melon finement  
hachés. Laisser cuire doucement pendant 5 minutes.  
2 - Verser le riz et, avec une cuillère en bois, mélanger constamment  
sur feu vif pendant 2 minutes jusqu'à ce qu'il devienne translucide.  
3 - Mouiller avec le marsala, laisser évaporer, verser une  
louche de bouillon chaud, remuer et saler. Ajouter du  
bouillon progressivement dès qu'il est absorbé. Poursuivre  
la cuisson à feu doux pendant 18 minutes environ.  
4 - Hors du feu, rectifier l'assaisonnement, incorporer  
les petites boules de melon, le zeste de citron finement  
râpé, 50 g de beurre et le parmesan. Mélanger bien,  
couvrir et laisser reposer 2 minutes avant de servir.

## RECETTE EXPRESS

Pour une recette plus rapide, couper le melon en  
petits dés et les ajouter directement dans le risotto  
3 minutes avant la fin de la cuisson.

PRÉPARATION/20 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES







# RISOTTO AUX FRAISES

## UNE RECETTE TRADITIONNELLE DE LA VENETIE

### LE KIT DE BASE

450 g de riz Vialone Nano  
1 oignon  
1,5 l de bouillon de légumes  
ou de viande  
10 cl de vin blanc sec  
2 c. à s. d'huile d'olive  
80 g de mascarpone  
80 g de parmesan râpé  
sel

### LA GARNITURE

500 g de fraises bien  
parfumées  
20 g de beurre  
sel, poivre

### LES FRAISES

1 - Nettoyer les fraises, les couper en quartiers, sauf une douzaine (les plus petites) pour la décoration.

### LE RISOTTO

1 - Dans une casserole, faire fondre le beurre avec l'huile, y faire cuire l'oignon à feu doux 5 minutes, sans le colorer.

2 - Verser le riz, remuer 2 minutes jusqu'à ce qu'il prenne une couleur nacrée.

3 - Mouiller avec le vin, mélanger bien.

Dès qu'il s'est évaporé, ajouter du bouillon, au fur et à mesure que le riz l'absorbe. Saler et poivrer.

4 - Goûter le riz au bout de 10 minutes de cuisson et incorporer les fraises en quartiers.

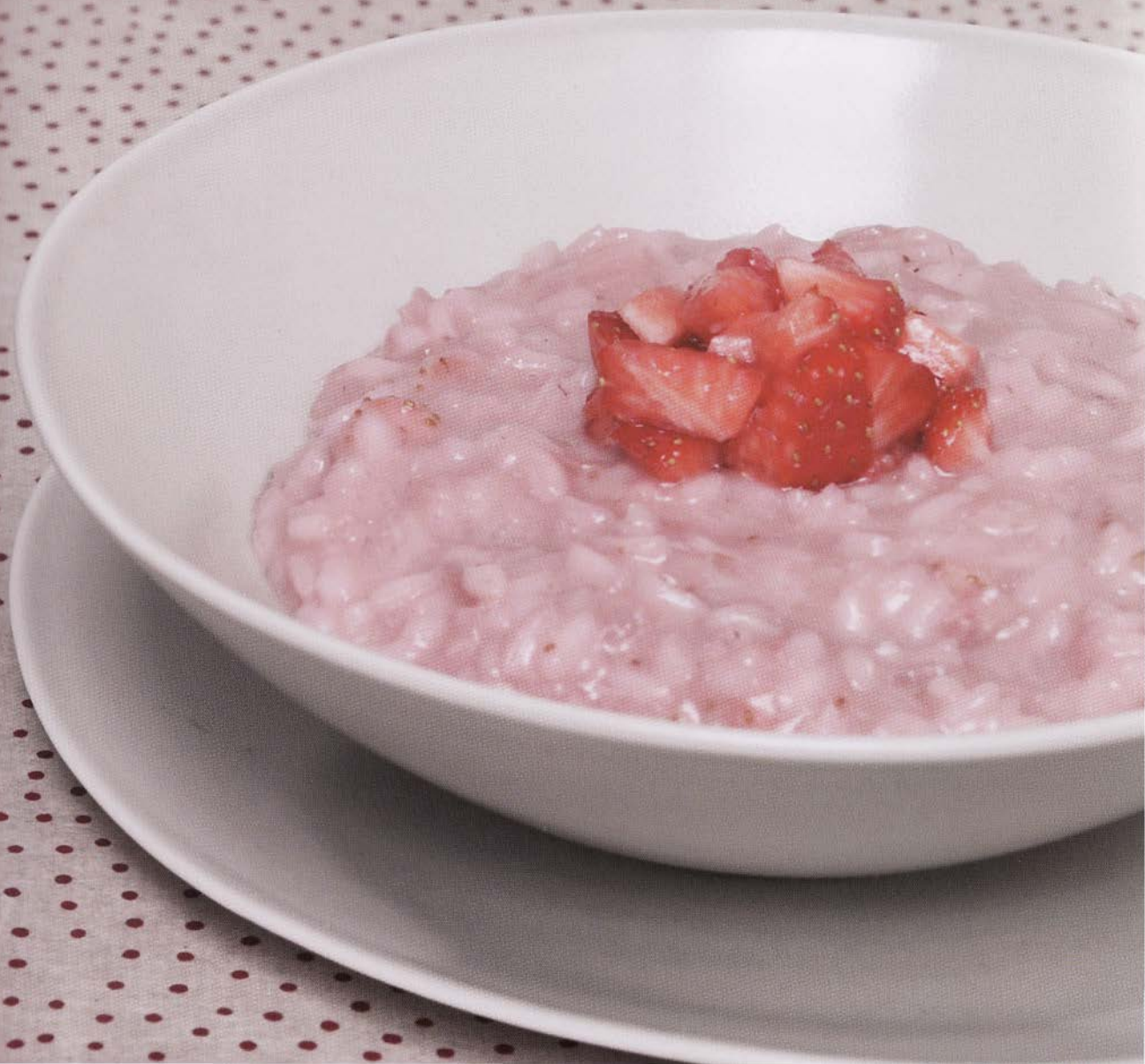
5 - Dès que le riz est cuit (compter 16 minutes environ), ajouter, hors du feu, le mascarpone et le parmesan râpé, couvrir 2 minutes puis servir. Décorer avec les fraises restantes coupées en petits dés.

### VARIANTE

On peut remplacer les fraises par des framboises ou des myrtilles.

PRÉPARATION/15 MINUTES  
CUISSON/20 MINUTES

POUR 6 PERSONNES



# RISOTTO AUX FILETS DE ROUGET

## UNE RECETTE AUSSI AUX COURGETTES

### LE KIT DE BASE

400 g de riz Carnaroli  
ou Arborio  
1 oignon  
1,5 l de fumet de poisson  
10 cl de vin blanc sec  
2 c. à s. d'huile d'olive  
60 g de beurre  
30 g de parmesan râpé  
sel

### LA GARNITURE

500 g de petites courgettes  
6 petits rougets  
(1 kg environ) ou 12 petits  
filets de rouget  
3 ou 4 branches de thym  
3 c. à s. d'huile d'olive  
sel, poivre

### ASTUCE

On peut utiliser des  
filets de rouget congelés  
à faire décongeler  
avant de les poêler.

### LES ROUGETS

1 - Demander à votre poissonnier de lever les filets des  
rougets et garder les têtes et les arêtes pour préparer le fumet.  
Retirer les arêtes des rougets avec une petite pince.  
2 - Dans une poêle antiadhésive bien chaude, faire cuire  
les rougets côté peau 1 minute à feu vif dans 1 cuillerée  
à soupe d'huile d'olive. Les maintenir au chaud.

### LES COURGETTES

1 - Couper les courgettes en petits dés.  
2 - Les poêler 3 minutes avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive,  
la gousse d'ail entière et le thym. Saler. Ôter l'ail et réserver.

### LE RISOTTO

1 - Dans une casserole, faire revenir l'oignon haché  
avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive.  
2 - Verser le riz, mélanger 2 minutes jusqu'à  
ce qu'il devienne translucide.  
3 - Mouiller avec le vin et laisser évaporer en remuant.  
Continuer la cuisson en ajoutant du fumet chaud au fur  
et à mesure que le riz l'absorbe et mélanger souvent.  
4 - Au bout de 10 minutes, incorporer les courgettes poêlées.  
5 - Dès que le risotto est cuit (compter 18 minutes environ), éteindre  
le feu et « mantecare » : ajouter le beurre froid et le parmesan,  
mélanger, puis laisser reposer à couvert pendant 2 minutes.  
6 - Servir sur des assiettes chaudes avec 2 filets de rouget.

PRÉPARATION/30 MINUTES  
CUISSON/30 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO GAMBAS ET CÈPES

UNE VRAIE GOURMANDISE!

## LE KIT DE BASE

450 g de riz Carnaroli  
ou Arborio  
1 oignon  
1,5 l de fumet de gambas  
10 cl de vin blanc sec  
2 c. à s. d'huile d'olive  
30 g de beurre  
30 g de parmesan râpé  
sel

## LE FUMET DE GAMBAS

têtes et carapaces  
des gambas, 1 oignon,  
1 poireau, 1 bouquet garni  
ou persil, 2 c. à s. d'huile  
d'olive, 2 l d'eau, sel, grains  
de poivre

## LA GARNITURE

1 kg de cèpes frais  
18 à 24 gambas crues  
(fraîches ou décongelées)  
1 gousse d'ail  
3 c. à s. d'huile d'olive

## LES GAMBAS

1 - Décortiquer les gambas et enlever les têtes pour en faire un fumet. Couper la moitié des gambas en 2 ou 3 morceaux.  
2 - Les poêler 1 minute avec 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive, saler. Poêler les gambas entières juste avant de servir le risotto.

## LES CÈPES

1 - Nettoyer les cèpes à l'aide d'un papier absorbant humide et les découper en tranches de 0,5 cm.  
2 - Les poêler rapidement (en plusieurs fois si besoin) avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive et la gousse d'ail épluchée. Saler. Réserver au chaud.

## LE RISOTTO

1 - Dans une casserole, faire revenir l'oignon haché 5 minutes à feu doux dans 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive.  
2 - Ajouter le riz et mélanger à feu vif pendant 2 minutes.  
3 - Mouiller avec le vin, laisser évaporer, puis ajouter une louche de fumet frémissant. Mélanger bien puis incorporer les trois-quarts des cèpes.  
4 - Poursuivre la cuisson à feu moyen en remuant et ajouter du bouillon au fur et à mesure qu'il est absorbé.  
5 - Au bout de 10 minutes de cuisson, ajouter les morceaux de gambas cuits. Rectifier l'assaisonnement.  
6 - Hors du feu, incorporer le beurre et le parmesan râpé, mélanger rapidement. Laisser reposer 2 minutes à couvert.  
7 - Servir avec les cèpes restants et les gambas entières poêlées.

PRÉPARATION/40 MINUTES  
CUISSON/35 MINUTES

POUR 6 PERSONNES







# RISOTTO AUX LANGOUSTINES

## UNE RECETTE AUSSI AU CITRON

### LE KIT DE BASE

400 g de riz Carnaroli  
1 oignon  
1,5 l de fumet de langoustines  
10 cl de vin blanc sec  
2 c. à s. d'huile d'olive  
60 g de beurre  
30 g de parmesan râpé  
sel

### LE FUMET DE LANGOUSTINES

les carapaces et les têtes de langoustines, 1 carotte, 1 oignon, 1 branche de céleri, 2 c. à s. d'huile d'olive, 2-3 branches de persil, de basilic et de thym, 2 l d'eau, 10 cl de vin blanc sec, sel, poivre en grains

### LA GARNITURE

18 à 24 langoustines  
le zeste râpé d'un citron  
2 c. à s. d'huile d'olive  
sel, poivre

### LE FUMET DE LANGOUSTINES

1 - Décortiquer les langoustines. Garder les queues de côté.  
2 - Faire revenir, à feu vif, les têtes et les carapaces écrasées avec l'huile, les herbes et les légumes coupés en dés.  
3 - Mouiller avec le vin, ajouter 2 litres d'eau et quelques grains de poivre. Écumer souvent, dès l'ébullition, et laisser frémir pendant 30 minutes. Filtrer, puis saler.

### LES LANGOUSTINES

1 - Poêler les queues de langoustines avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive pendant 1 minute. Saler et poivrer.

### LE RISOTTO

1 - Dans une casserole, faire revenir, à feu doux, l'oignon avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive pendant 5 minutes.  
2 - Verser le riz et mélanger 2 minutes sur feu vif.  
3 - Mouiller avec le vin, laisser évaporer en remuant. Ajouter le fumet bouillant au fur et à mesure que le riz l'absorbe. Saler.  
4 - Ajouter le zeste de citron râpé.  
5 - Terminer la cuisson du riz (compter 18 minutes environ) et « mantecare » : hors du feu, incorporer le beurre, la moitié des langoustines coupées en morceaux et le parmesan. Couvrir et laisser reposer 2 minutes.  
6 - Décorer avec le reste des langoustines entières et servir.

PRÉPARATION/45 MINUTES  
CUISSON/50 MINUTES

POUR 6 PERSONNES



# RISOTTO NOIR AUX ENCORNETS

## LE KIT DE BASE

450 g de riz Vialone Nano  
1 oignon  
1,5 l de bouillon de légumes  
(ou fumet de poisson,  
voir page 7)  
10 cl de vin blanc sec  
2 c. à s. d'huile d'olive  
30 g de beurre  
20 g de parmesan râpé  
sel

## LA GARNITURE

600 g d'encornets  
(petits calamars)  
50 g environ de noir de  
seiche (12 petits sachets  
chez le poissonnier)  
10 cl de vin blanc sec  
4 c. à s. d'huile d'olive  
sel

## LES ENCORNETS

1 - Nettoyer les encornets : arracher la tête, les vider avec l'index et retirer la membrane violette qui les entoure. Garder les tentacules, éliminer le bec et les yeux à l'aide des ciseaux. Les rincer sous l'eau et les égoutter sur du papier absorbant.  
2 - Découper la moitié des encornets en anneaux.  
3 - Dans une poêle, faire chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile avec la gousse d'ail et y faire dorer les anneaux de calamars à feu vif. Verser 10 cl de vin blanc, laisser évaporer. Saler. Réserver.

## LE RISOTTO

1 - Dans une casserole, faire cuire à feu doux l'oignon haché menu dans 2 cuillerées à soupe d'huile. Ajouter ensuite le riz et le mélanger à feu vif pendant 2 minutes.  
2 - Mouiller avec le reste de vin, laisser évaporer, puis verser une louche de bouillon frémissant. Mélanger bien et incorporer les anneaux de calamars.  
3 - Poursuivre la cuisson à feu moyen en remuant et ajouter du bouillon au fur et à mesure qu'il est absorbé.  
5 - Après 10 minutes de cuisson, ajouter le noir de seiches dilué dans un peu de bouillon chaud.  
6 - Dans une poêle, faire chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile, faire dorer rapidement à feu vif les encornets entiers et les tentacules. Saler.  
7 - Quand le risotto est cuit (compter 16 minutes environ), ajouter, hors du feu, le beurre et le parmesan râpé, mélanger. Laisser reposer 2 minutes couvert. Servir le risotto avec les encornets poêlés dessus.

PRÉPARATION/15 MINUTES  
CUISSON/35 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO AUX FRUITS DE MER

## UNE MERVEILLE!

### LE KIT DE BASE

450 g de riz Vialone Nano  
1 oignon  
1 gousse d'ail  
1 l de fumet de poisson  
10 cl de vin blanc sec  
2 c. à s. d'huile d'olive  
50 g de beurre  
30 g de parmesan râpé  
sel

### LA GARNITURE

1 kg de moules  
500 g de palourdes,  
de coques et de praires  
500 g de gambas crues  
fraîches ou congelées  
1/2 botte de persil haché  
1 gousse d'ail  
10 cl de vin blanc sec  
20 g de beurre

### VARIANTE

Utiliser d'autres variétés  
de fruits de mer selon  
l'arrivage et la saison.

### LES MOULES ET LES COQUILLAGES

1 - Bien nettoyer les moules et les coquillages à l'eau courante.  
2 - Les mettre (en 2 fois) dans une grande casserole à feu vif avec 10 cl de vin 1 gousse d'ail et quelques brins de persil, pour qu'ils s'ouvrent. Les décortiquer (sauf une vingtaine pour décorer) et les garder dans un peu de jus de cuisson filtrée. Ajouter le jus restant au fumet de poisson.

### LES GAMBAS

1 - Décortiquer les gambas. Piler les carcasses pour préparer un fumet avec 1,5 litre d'eau.  
2 - Dans une poêle, faire revenir 1 minute les gambas à feu vif avec 20 g de beurre. Saler et poivrer.

### LE RISOTTO

1 - Dans une casserole à fond épais, faire revenir l'oignon et 1 gousse d'ail finement hachés dans l'huile d'olive 5 minutes, à feu doux. Verser le riz et mélanger à feu vif pendant 2 minutes, sans le colorer.  
2 - Mouiller avec le vin, puis laisser évaporer tout en remuant. Saler. Ajouter le fumet chaud au fur et à mesure, mélanger souvent.  
3 - Dès que le risotto est presque prêt, ajouter les fruits de mer et les gambas. Rectifier l'assaisonnement si besoin.  
4 - Hors du feu, « mantecare » : incorporer 1 cuillerée à soupe de persil haché, 50 g de beurre et le parmesan. Couvrir et laisser reposer 2 minutes.  
5 - Servir « all'onda » : bien fluide, et décorer avec les coquillages restants.

PRÉPARATION/1 HEURE  
CUISSON/50 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO CROQUANT

## UNE RECETTE AUX SAINT-JACQUES ET AU SAFRAN

### LE KIT DE BASE

400 g de riz Carnaroli  
1 oignon  
1,5 l de bouillon  
de légumes  
10 cl de vin blanc sec  
2 c. à s. d'huile d'olive  
60 g de parmesan râpé  
sel, poivre

### LA GARNITURE

12 coquilles Saint-Jacques  
(ou plus)  
20 g de beurre  
2 c. à s. d'huile d'olive  
sel, poivre

### POUR LA SAUCE

20 g de farine  
40 g de beurre  
20 cl de crème liquide  
3 pincées de pistils de safran  
ou 2 doses de safran  
en poudre  
40 cl de bouillon de légumes

### LA SAUCE

1 - Laisser infuser le safran dans 10 cl de bouillon.  
2 - Dans une casserole, faire fondre le beurre, verser la farine et mélanger. Faire revenir 2 minutes, puis incorporer le bouillon chaud et la crème liquide.  
3 - Ajouter le safran et faire cuire à feu doux 20 minutes. Laisser refroidir : la sauce doit être assez épaisse.

### LE RISOTTO

1 - Préparer un risotto comme indiqué dans la recette de base.  
2 - Faire cuire le riz pendant 14 minutes : on doit obtenir un risotto très compact.  
3 - Hors du feu, incorporer 6 cuillerées à soupe de sauce au safran et le parmesan. Étaler le risotto sur du papier sulfurisé, posé sur un plateau et laisser refroidir. Presser le riz refroidi dans 6 à 8 ramequins et laisser au frais pendant 2 heures.  
5 - Dorer les galettes dans une poêle avec un filet d'huile d'olive (ou au four à 200 °C sur du papier sulfurisé) des deux côtés jusqu'à ce qu'elles soient croquantes.

### LES NOIX DE SAINT-JACQUES

1 - Faire revenir les Saint-Jacques coupées en deux avec un peu d'huile d'olive et une noix de beurre pendant 1 minute. Saler et poivrer.  
2 - Servir les galettes de risotto dans une assiette creuse avec les rondelles de Saint-Jacques, sur la sauce chaude.



# RISOTTO À L'ANGUILLE FUMÉE

UNE RECETTE AUSSI AU THE FUME

## LE KIT DE BASE

450 g de riz Carnaroli  
1 gros oignon  
1,5 l d'eau  
8 cuillerées à soupe de thé  
fumé (Tarry Souchong  
ou Lapsang Souchong)  
2 c. à s. d'huile d'olive  
30 g de beurre  
20 g de parmesan râpé  
sel

## LA GARNITURE

150 à 200 g de filet  
d'anguille fumés prêts  
à l'emploi  
4 c. à s. de sauce soja  
1 c. à c. de miel liquide

## REMARQUE

L'anguille fumée est  
vendue sous vide au rayon  
frais des épicerie fines  
ou des supermarchés.

## LE THÉ

1 - Porter à ébullition l'eau et laisser infuser le thé fumé 5 minutes.  
2 - Saler avec 2 cuillerées à soupe de gros sel et  
garder au chaud, sans faire bouillir.

## L'ANGUILLE FUMÉE

1 - Couper les filets d'anguille en lanières.

## LE RISOTTO

1 - Dans une casserole, faire revenir l'oignon haché  
5 minutes à feu doux dans l'huile d'olive. Ajouter ensuite  
le riz et le mélanger à feu vif pendant 2 minutes.  
2 - Mouiller avec une louche de thé, saler le riz et mélanger.  
Poursuivre la cuisson environ 15 minutes à feu moyen en remuant  
et ajouter du thé bouillant au fur et à mesure qu'il est absorbé.  
3 - Rectifier l'assaisonnement avant d'incorporer, hors du feu,  
la moitié des filets d'anguille, le beurre et le parmesan râpé.  
Mélanger rapidement. Couvrir et laisser reposer 2 minutes.  
4 - Entre temps, dans une poêle, faire chauffer la  
sauce soja avec le miel et dès qu'elle devient sirupeuse,  
ajouter l'anguille et la faire sauter 30 secondes.  
5 - Servir chaud avec des lanières d'anguille à la sauce soja.

PRÉPARATION/10 MINUTES  
CUISSON/25 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO AU POULET ET LÉGUMES

## LE KIT DE BASE

400 g de riz Vialone Nano  
1,5 l de bouillon de légumes  
10 cl de vin blanc sec  
2 c. à s. d'huile d'olive  
40 g de beurre  
60 g de parmesan râpé  
sel

## LA GARNITURE

4 cuisses de poulet  
2 oignons moyens  
2 carottes moyennes  
2 branches de céleri  
quelques feuilles de sauge  
ou de romarin

## LE POULET

1 - Retirer la peau des cuisses de poulet, puis les faire pocher dans le bouillon de légumes pendant 15 minutes. Les laisser refroidir.  
2 - Détacher la chair de l'os du poulet et faire de petits morceaux. Réserver.

## LES LÉGUMES

1 - Hacher finement les oignons, les carottes, le céleri et les feuilles de sauge.  
2 - Dans une casserole, faire revenir, le tout 5 minutes à feu doux dans l'huile d'olive.

## LE RISOTTO

1 - Ajouter le riz aux légumes et mélanger à feu vif pendant 2 minutes.  
2 - Mouiller avec le vin, laisser évaporer, ajouter une louche de bouillon frémissant, mélanger bien, puis incorporer le poulet.  
3 - Poursuivre la cuisson 15 minutes à feu moyen en remuant et ajouter du bouillon au fur et à mesure qu'il est absorbé.  
4 - Rectifier l'assaisonnement avant d'incorporer, hors du feu, le beurre et le parmesan râpé. Mélanger rapidement.  
5 - Laisser reposer 2 minutes couvert, puis servir « all'onda » c'est-à-dire fluide.







# ARANCINI

## COMME EN SICILE

### LE KIT DE BASE

200 g de riz Arborio  
1 oignon moyen  
1 pincée de safran en poudre  
50 cl de bouillon de légumes  
50 g de parmesan râpé  
sel

### LA GARNITURE

250 g de ragù  
100 g de mozzarella en dés  
200 g de chapelure  
50 g de farine  
huile pour friture

### RAGÙ (SAUCE AU BŒUF)

300 g de viande de bœuf  
hachée (pas trop maigre)  
20 g d'oignon  
20 g de carotte  
20 g de céleri  
60 g de petits pois  
200 g de tomates concassées  
1 bouquet garni  
3 cl de vin rouge  
20 g de beurre  
sel

### LE RAGÙ

**1** - Préparer le ragù la veille. Dans une casserole, faire revenir les légumes hachés avec 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive. Ajouter la viande hachée et la faire rissoler jusqu'à ce qu'elle accroche à la casserole. Saler. Verser le vin et laisser évaporer. Ajouter les tomates concassées et mélanger. Couvrir et cuire à feu doux.  
**2** - Après 30 minutes de cuisson, ajouter les petits pois et poursuivre la cuisson encore 30 minutes (jusqu'à obtenir un ragù compact).  
Hors du feu, incorporer le beurre.

### LE RISOTTO

**1** - Préparer un risotto comme indiqué dans la recette de base.  
**2** - Ajouter le safran et 30 g de ragù mixé. Saler. Cuire pendant 14 minutes. Il faut obtenir un risotto très compact. Laisser tiédir.

### LES ARANCINI

**1** - Étaler le risotto sur une plaque. Les mains mouillées, prendre une poignée de risotto et la poser dans la paume d'une main. Avec le pouce de l'autre main, former un trou et le remplir d'un peu de ragù (30 g) et d'un morceau de mozzarella. Fermer le trou et façonner une boule. Laisser reposer au réfrigérateur pendant 2 heures.  
**2** - Diluer la farine dans 10 cl d'eau et, au fur et à mesure, voiler les boules de riz avec ce mélange puis les rouler dans la chapelure.  
**3** - Faire chauffer l'huile à 180 °C, dans une casserole étroite. Frire un ou deux arancini à la fois (ils ne doivent pas toucher le fond de la casserole), jusqu'à ce qu'ils dorent.  
Les égoutter sur du papier absorbant et déguster chaud.





# RISOTTO À LA SAUCISSE

## UNE RECETTE AUSSI AUX POIREAUX

### LE KIT DE BASE

450 g de riz Carnaroli  
ou Vialone Nano  
1 oignon  
1,5 l de bouillon de légumes  
10 cl de vin blanc sec  
2 c. à s. d'huile d'olive  
30 g de beurre  
60 g de parmesan râpé  
sel

### LA GARNITURE

300 g de saucisse fraîche  
de bonne qualité  
3 poireaux  
2 c. à s. d'huile d'olive  
sel, poivre

### LES POIREAUX

- 1 - Nettoyer les poireaux et les couper en rondelles.
- 2 - Les faire revenir dans une poêle à feu vif avec l'huile, en remuant : ils doivent rester croquants. Saler.

### LES SAUCISSES

- 1 - Enlever le boyau des saucisses.
- 2 - Les poêler rapidement en les émiettant avec une fourchette. Jeter la graisse.

### LE RISOTTO

- 1 - Dans une casserole, faire cuire à feu doux l'oignon haché menu dans 2 cuillerées à soupe d'huile. Ajouter ensuite le riz et le mélanger à feu vif pendant 2 minutes.
- 2 - Mouiller avec le vin, laisser évaporer puis verser une louche de bouillon frémissant. Mélanger bien et incorporer la moitié des poireaux poêlés et la chair des saucisses.
- 3 - Poursuivre la cuisson à feu moyen en remuant et ajouter du bouillon au fur et à mesure qu'il est absorbé.
- 4 - Quand le risotto est cuit (compter environ 16 à 18 minutes), ajouter, hors du feu, le beurre et le parmesan râpé. Mélanger rapidement. Laisser reposer 2 minutes couvert.
- 5 - Servir le risotto avec les poireaux croquants.

PRÉPARATION/30 MINUTES  
CUISSON/30 MINUTES

POUR 6 PERSONNES





# RISOTTO AUX FOIES DE POULET

## UNE RECETTE AUSSI AUX OIGNONS ROUGES

### LE KIT DE BASE

400 g de riz Carnaroli  
3 oignons rouges (250 g)  
1,5 l de bouillon de volaille  
15 cl de marsala  
(ou de vin doux)  
2 c. à s. d'huile d'olive  
50 g de beurre  
80 g de parmesan râpé  
sel

### LA GARNITURE

6 foies de poulet nettoyés  
4 à 5 brins de thym  
ou feuilles de sauge  
1 c. à s. d'huile d'olive  
20 g de beurre  
sel, poivre

### LES FOIES DE POULET

1 - Couper les foies de poulet en gros morceaux.  
2 - Les poêler rapidement (pour qu'ils ne durcissent pas, ils doivent rester rosés à l'intérieur) avec 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive et 20 g de beurre. Mouiller avec le marsala, laisser évaporer, saler et poivrer. Réserver.

### LE RISOTTO

1 - Éplucher les oignons et les couper en fines rondelles. Les faire revenir à feu doux dans une casserole à fond épais avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive et le thym pendant 5 minutes. Garder un peu d'oignons poêlés pour décorer l'assiette.  
2 - Verser le riz et mélanger 2 minutes, jusqu'à ce qu'il devienne nacré. Mouiller avec le bouillon chaud au fur et à mesure que le riz l'absorbe, en remuant souvent.  
3 - Au bout de 10 minutes de cuisson, incorporer les foies de poulet. Rectifier l'assaisonnement.  
4 - Dès que le risotto est cuit (compter 18 minutes environ), incorporer, hors du feu, 50 g de beurre puis le parmesan, couvrir et laisser reposer 2 minutes avant de servir.  
5 - Décorer avec les rondelles d'oignons.

### NOTE

En Vénétie, le risotto aux foies de poulet inclut souvent les abats, sautés au beurre, que l'on ajoute en même temps que le riz.

PRÉPARATION/20 MINUTES  
CUISSON/30 MINUTES

POUR 6 PERSONNES







UN BON RISOTTO..., QUOI DE  
PLUS SIMPLE ? VOICI UN BON  
PETIT PLAT FACILE, CHIC ET QUI  
FAIT TOUJOURS SON PETIT EFFET.  
UNE FOIS LE MODE DE CUISSON  
MAÎTRISÉ, IL NE RESTE PLUS  
QU'À L'AGRÉMENTER AVEC  
UN OU DEUX BONS PRODUITS,  
ITALIENS DE PRÉFÉRENCE,  
MAIS C'EST COMME ON VEUT.

Laura Zavan a été initiée au risotto  
depuis sa plus tendre enfance,  
en Vénétie... Elle vit à Paris  
depuis une dizaine d'années.  
Elle collabore avec la presse  
culinaire, elle est auteur et styliste  
culinaire. Elle a déjà publié  
chez Marabout : Les basiques  
italiens, Ma little Italy (prix La Mazille  
2006 du meilleur livre de cuisine  
étrangère) et dans cette collection :  
Petites cuillères italiennes, Panna  
cotta, Tiramisù, Salades de pâtes.

LES PETITS PLATS

MARABOUT

ORIGINAUX & AUTHENTIQUES  
DEPUIS L'AN 2000

[www.marabout.com](http://www.marabout.com)

7,90 €

Prix TTC France

4017638

ISBN : 978-2-501-06003-5



9 782501 060035

