



Risotto et saucisse de porc épicée

Avec une salade de fenouil et du Grana Padano



CABRIZ TINTO

Pour accompagner cette saucisse de porc épicée, nous optons inévitablement pour ce rouge portugais rond et légèrement corsé issu des vignobles du Dão. Un mariage divin.



Mascarpone ✱



Grana Padano ✱



Oignon



Piment rouge



Fenouil ✱



Saucisse de porc, citron-thym ✱



Citron



Riz à risotto



Graines de fenouil

Total : 40-45 min. Discovery

Beaucoup d'opérations

À manger dans les 3 jours

En cuisine, le risotto requiert beaucoup d'attention, car il faut remuer sans cesse. C'est en effet ce geste qui permet de libérer l'amidon et d'obtenir des grains fondants. Et pour encore plus d'onctuosité, nous ajoutons du mascarpone et du grana padano. Invitez le nord de l'Italie dans votre assiette !

BIEN COMMENCER

USTENSILES

Wok ou sauteuse avec couvercle et bol.

Recette de **risotto et saucisse de porc épicée** : c'est parti !



1 DÉCOUPER LES LÉGUMES

Émincez l'**oignon**. Épépinez puis émincez le **piment rouge**. Découpez le **fenouil** en quarts, ôtez le cœur dur et émincez en lamelles (ou utilisez une mandoline pour vous aider). Réservez les **fanes**.

★ CONSEIL

Roulez le **piment rouge** entre vos mains pour que les graines se détachent : vous pourrez ainsi les retirer facilement à la découpe.



4 PRÉPARER LE FENOUIL

Pendant ce temps, disposez le reste de **fenouil** dans le bol. Ajoutez du **jus de citron**, de l'huile d'olive vierge extra ainsi que du sel et du poivre selon vos goûts.



2 PRÉPARER LA VIANDE

Découpez la peau de la **saucisse** pour l'ouvrir et videz sa viande. Préparez le bouillon. Pressez le jus du **citron**.



5 PRÉPARER LE RISOTTO

Versez le **riz à risotto** dans le wok et faites-le cuire 2 minutes. Ajoutez 1/3 du bouillon et laissez les grains de riz s'en imbiber lentement (voir conseil). Remuez régulièrement. Dès que les grains de riz ont absorbé le bouillon, ajoutez-en à nouveau 1/3, puis répétez l'opération avec le reste du bouillon. Le **risotto** est cuit dès que les grains sont mous à l'extérieur, mais légèrement croquants à l'intérieur. Au total, comptez entre 15 et 20 minutes. Ajoutez éventuellement de l'eau pour faire cuire les grains davantage.



3 CUIRE AU WOK

Dans le wok ou la sauteuse, faites chauffer le beurre à feu moyen-vif et ajoutez l'**oignon**, le **piment rouge**, la majeure partie du **fenouil**, les **graines de fenouil** et la **viande**. Détachez la **viande** en la saisissant à feu vif, puis faites-la cuire 10 à 15 minutes à feu moyen-doux ou jusqu'à ce que le fenouil soit tendre.



6 SERVIR

Ajoutez le **mascarpone** et la majeure partie du **Grana Padano**, puis salez et poivrez le **risotto**. Servez dans des assiettes creuses et parsemez du reste de **Grana Padano**. Accompagnez le tout de la **salade de fenouil**. Garnissez avec les **fanes de fenouil**.

★ CONSEIL

Remplacez une partie du bouillon par un demi-verre de vin blanc par personne.

1 À 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Oignon (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Piment rouge (pc)	¼	¼	½	½	1	1
Fenouil (pc) *	½	1	1½	2	2½	3
Saucisse de porc au citron et au thym (pc) *	1	2	3	4	5	6
Citron (pc)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Graines de fenouil (cc)	¼	½	½	1	1¼	1½
Riz à risotto 1) (g)	75	150	225	300	375	450
Mascarpone (g) 7) *	25	50	75	100	125	150
Grana Padano (g) 3) 7) *	10	20	30	40	50	60
Bouillon de légumes* (ml)	350	700	1050	1400	1750	2100
Beurre* (cs)	1	1	2	2	3	3
Huile d'olive vierge extra*	Selon le goût					
Poivre et sel*	Selon le goût					

*À ajouter vous-même | * Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	PAR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	3573 / 854	524 / 125
Lipides total (g)	48	7
Dont saturés (g)	22,5	3,3
Glucides (g)	67	10
Dont sucres (g)	6,2	0,9
Fibres (g)	5	1
Protéines (g)	30	4
Sel (g)	5,2	0,8

ALLERGÈNES

1) Gluten 3) Œufs 7) Lait/lactose

Nous aimerions beaucoup savoir ce que vous pensez de HelloFresh. N'hésitez pas à nous appeler, à nous écrire ou à nous contacter par les réseaux sociaux.



www.hellofresh.nl
www.hellofresh.be
SEMAINE 20 | 2017

