



Risotto d'hiver aux topinambours

Avec du gruyère et des noisettes



Échalote



Poireau ✱



Riz à risotto



Topinambour



Noisettes



Citron



Persil plat
frais ✱




Gruyère
râpé ✱

 Total : 40-45 min.

 Végé

 Facile

 Sans gluten

 Consommer dans
les 5 jours

Voici la recette pour un risotto parfait pour l'hiver. Les topinambours, le gruyère et les noisettes ont des saveurs qui se marient très bien. Vous allez griller les noisettes brièvement pour en renforcer l'intensité, tandis que l'ajout de citron et de persil apporte de la fraîcheur au plat.

BIEN COMMENCER

USTENSILES

Casserole avec couvercle, poêle et râpe fine.

Recette de **risotto d'hiver aux topinambours** : c'est parti !



1 PRÉPARER

Préparez le bouillon et ajoutez-y 150 ml d'eau par personne. Émincez l'**échalote**. Taillez le **poireau** en fines demi-rondelles, puis lavez-les. Faites chauffer 1 cs de beurre par personne dans la casserole et faites revenir l'**échalote** 1 minute à feu moyen-vif. Ajoutez le **poireau** et poursuivez la cuisson 5 minutes.



2 SAUTER LE RIZ

Ajoutez le **riz à risotto** et touillez 1 minute. Ajoutez le vinaigre balsamique blanc et 1/3 du bouillon, puis laissez les grains de riz s'en imbiber lentement. Remuez régulièrement.



3 CUIRE LE RISOTTO

Dès que le **riz** a absorbé le bouillon, ajoutez-en à nouveau 1/3, puis répétez l'opération une troisième fois avec le reste. Le **risotto** est cuit dès que les grains sont mous à l'extérieur, mais légèrement croquants à l'intérieur. Au total, comptez entre 20 et 25 minutes. Ajoutez éventuellement de l'eau pour faire cuire les grains davantage ★.



4 CUIRE LES TOPINAMBOURS

Pendant ce temps, épluchez ou lavez soigneusement les **topinambours**, puis taillez-les en fines rondelles ★★. Concassez les **noisettes**. Faites chauffer le reste de beurre dans la poêle et faites cuire les rondelles de **topinambours** à feu à moyen-vif 10 à 12 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés et tendres. Salez et poivrez. Ajoutez les **noisettes** concassées et poursuivez la cuisson 2 minutes.

★ CONSEIL

Il se peut que ce risotto contienne plus d'eau que ce à quoi vous êtes habitué. Si cela ne vous plaît pas, ajoutez moins de bouillon et d'eau.



5 ASSAISONNER

Versez un filet d'eau chaude ou bouillante dans le **risotto**, coupez le feu et laissez reposer 5 minutes à couvert ★★★. Râpez le zeste du **citron** et pressez le jus. Ciselez le **persil plat** frais. Incorporez ensuite le **gruyère râpé** et 1 cc de **jus de citron** par personne dans le **risotto**. Assaisonnez de poivre et éventuellement de sel.

★★★ CONSEIL

Le fait de laisser le risotto reposer à couvert le rend encore plus fondant.



6 SERVIR

Servez le **risotto** sur les assiettes et garnissez avec les **topinambours** et les **noisettes**. Parsemez de **persil** et de **zeste de citron** à votre guise, puis poivrez généreusement.

★★ CONSEIL

Si les rondelles de topinambour sont trop épaisses, l'intérieur mettra longtemps à cuire. Veillez donc à ce qu'elles soient fines pour qu'elles soient croquantes à l'extérieur et moelleuses à l'intérieur.

1 À 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Échalote (pc)	1/2	1	1 1/2	2	2 1/2	3
Poireau (pc) *	1/2	1	1 1/2	2	2 1/2	3
Riz à risotto (g)	75	150	225	300	375	450
Topinambour (g)	100	200	300	400	500	600
Noisettes (g) 8) 19) 25)	15	30	45	60	75	90
Citron (pc)	1/4	1/2	3/4	1	1 1/4	1 1/2
Persil plat frais (g) 23) *	2 1/2	5	7 1/2	10	12 1/2	15
Gruyère râpé (g) 7) *	25	50	75	100	125	150
À ajouter vous-même						
Bouillon de légumes (ml)	200	400	600	800	1000	1200
Beurre (cs)	1 1/2	3	4 1/2	6	7 1/2	9
Vinaigre balsamique blanc (cc)	1/2	1	1 1/2	2	2 1/2	3
Poivre et sel	Selon le goût					

* Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	3381 / 808	569 / 136
Lipides total (g)	42	7
Dont saturés (g)	20,3	3,4
Glucides (g)	84	14
Dont sucres (g)	6,5	1,1
Fibres (g)	7	1
Protéines (g)	22	4
Sel (g)	2,9	0,5

ALLERGÈNES

7) Lait/lactose 8) Fruits à coque

Peut contenir des traces de : 19) Cacahuètes 23) Céleri 25) Sésame

Une question ? Nous sommes disponibles 7j/7 pour y répondre : n'hésitez pas à nous contacter !