

RISI ET BISI À LA VESCE ET AUX LÉGUMES PRINTANIERS



Ingrédients pour 12 personnes

Ingrédient	Quantité
Bouillon de légumes	4 litres
pancetta	12 tranches
Echalottes	2 pièces
riz Arborio	500 gr
fèves des marais	200 gr ("cossées)
Courgette	1 pièce
asperges vertes	0.50 botte
parmesan bloc	200 gr ((ou grana padano))
Beurre	50 gr
vesce	4 grosses poignées
vesce	12 somités ((pour la décoration))
Huile d'olive	
sel et poivre	
Xanthane	

Préparation

1. Sécher la pancetta sur une plaque au four à 180°C. Mettre de côté pour la décoration d'assiette. Préparer le bouillon de légume et le maintenir au chaud. Réaliser des copeaux de parmesan à l'économiseur pour la décoration d'assiette avec la moitié du bloc et mixer le reste pour le risotto.

2. Ecosser les fèves des marais et les cuire à l'eau bouillante salée environ 5 à 7'. Les refroidir immédiatement à l'eau glacée et les réserver (mettre de côté)

3. Oter le pied des asperges, couper la pointe à 5 cm (pour la décoration) et détailler le reste en tronçons de 1cm. Cuire à l'eau bouillante salée environ 3'. refroidir immédiatement à l'eau glacée et réserver.

4. Nettoyer la courgette et la détailler finement en bâtonnets. Les sauter à la poêle avec de l'huile d'olive et assaisonnement.

5. Réaliser le coulis de vesce : ôter les tiges puis blanchir les feuilles à l'eau bouillante salée 2'. Refroidir immédiatement à l'eau glacée. Placer dans le Vitamix et couvrir à hauteur de bouillon de légumes. Mixer finement. Si nécessaire chinoiser, assaisonner et épaissir au xanthane (en mixant). réserver pour le coulis et la décoration d'assiette.

6. Emincer finement les échalotes et les faire revenir dans une casserole avec une belle quantité d'huile d'olive. Nacrer le riz, puis ajouter le bouillon chaud louche par louche et cuire à feu doux (+/- 20 minutes) en remuant constamment. Un peu avant la fin de la cuisson, ajouter progressivement une partie du coulis de vesce. Attention : le risotto doit être assez liquide. Lorsque le riz est cuit, ajouter hors du feu, le parmesan râpé et le beurre. Rectifier l'assaisonnement et incorporer une partie des fèves, des courgettes et des asperges.

7. Dressage et présentation : Servir le risotto dans des assiettes creuses chaudes; disposer le mélange de fèves, courgettes et asperges par dessus. Décorer de la pancetta, de copeaux de parmesan et de sommités de vesces.

8. information : à mi-chemin entre le risotto et la soupe, ce plat d'origine vénitienne (traditionnellement constitué de riz et petits pois) est une ode au printemps !
