

RISOTTO AUX ORTIES ET DÉS DE VOLAILLE



Ingrédients pour 12 personnes

Ingrédient	Quantité
Ortie	200 g
grandes feuilles d'ortie (ou sommités)	12 pcs
Beurre	100 g
filet de volaille	720 g
gros oignon	2 pcs
riz à risotto	500 g
Vin blanc	40 cl
bouillon (poulet ou légumes)	1 L
crème épaisse	8 càs
Beurre	100 g
Parmesan rapé	8 càs
Orties	150 g
Oignon	0.50 pcs
Gousse d'ail	1 pcs
Pomme de terre	75 g
fond de volaille	20 cl

Préparation

1. Laver les orties soigneusement dans plusieurs eaux. Les égoutter, les cuire avec une pincée de sel. Les laisser refroidir, puis bien les presser en gardant le jus.(dans un chinois au-dessus d'un récipient) ; les hacher

2. Tailler les suprêmes de volaille en petits dés ; les saler et poivrer. Les cuire à la poêle, au beurre. Réserver
-

3. Chauffer le bouillon. Y ajouter 50 cl de jus de cuisson d'orties.
-

4. Dans une sauteuse à fond épais, faire revenir doucement les oignons finement émincés. Ajouter les orties, faire revenir puis ajouter le riz. Mélanger. Ajouter le vin blanc ; dès qu'il est évaporé, ajouter une première louche de bouillon-jus d'orties cuites. Faire cuire le risotto pendant 17 à 20 minutes environ, en ajoutant au fur et à mesure le bouillon dès qu'il est absorbé.
-

5. En fin de cuisson du risotto, incorporer les dés de volaille. Ensuite, ajouter la crème épaisse, 40 gr de beurre et le parmesan et mélanger le tout. Éventuellement, tenir chaud jusqu'à l'envoi.
-

Coulis d'orties

1. Blanchir les feuilles d'orties quelques secondes dans de l'eau bouillante, puis refroidir de suite à l'eau glacée.
-

2. Éplucher les pommes de terre et les couper en petits cubes.
-

3. Éplucher l'oignon, l'ail et ciseler, puis les faire revenir à l'huile d'olive. Ajouter les pommes de terre et le fond de volaille et cuire jusqu'à cuisson des pommes de terre.
-

4. Ajouter les orties et mixer finement. Saler et poivrer. Réserver
-

Dressage

1. Dresser le risotto au milieu de l'assiette, placer une grande feuille juste blanchie au dessus, ; Placer le coulis autour du risotto.
-