

RISOTTO À LA BENOÎTE URBAINE



Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
Riz	200 gr (rond)
Oignon	40 gr
Beurre	40 gr
Parmesan	15 gr
Racine de benoîte	80 gr (racine lavée)
eau	260 ml
Cube de bouillon de légumes	0.13 pc
Sel, poivre	

Préparation

1. Préparer les ingrédients : éplucher, hacher les oignons. Laver et hacher la racine de benoîte. Placer ces morceaux dans un sachet de mousseline ou une boule à thé.

2. Confectionner le riz (risotto) : blondir les oignons hachés dans 20g de beurre. Ajouter le riz et le sachet de benoite urbaine. Mélanger bien pour enrober les grains de riz de beurre. Faire une décoction et utiliser comme liquide de mouillement. Ajouter la moitié du liquide de mouillement chauffé, ajouter un peu de sel et "terminer à l'envoi", c'est-à-dire verser le reste du liquide à la fin. Couvrir et laisser cuire doucement pendant 20 minutes (peut se cuire au four à 150°). Sortir la cocotte du four, retirer le sachet. Séparer les grains de riz avec une fourchette en ajoutant +/- 20g de beurre en parcelles. Incorporer le parmesan.

3. Présentation : mouler le riz dans des darioles beurrées et démouler.
