

Risotto à l'orange et aux légumes

Temps de préparation: 50 min. · Niveau de difficulté: medium · végétarien

Portions

Ingrédients pour 4 personnes.

Ingrédients

2 pièce Poireaux
4 pièce Oranges naturelles
5 g Zeste d'orange râpé
1 pièce Oignon
2 pièce Carottes
1 pièce Poivron vert doux
2 pièce Céleri en branches
150 g Haricots verts
0.5 pièce Chou-fleur
8 pièce Champignons (par ex. shitake)
2 pièce Tomates de ramallet
100 ml Vin blanc
1 c.à.c Persil frais ou séché
2 pièce Entenconfit
400 g Riz à risotto ou similaire
100 g Fromage de Majorque mi-affiné ou similaire

Préparation

Nettoyez les légumes à fond avec de l'eau. Épluchez les carottes et le céleri, coupez les poireaux en dés et nettoyez le chou-fleur. Tous les restes de légumes et deux demi-oranges font un bouillon de légumes que nous utiliserons pour le risotto.

Hacher les oignons et les poireaux.

Coupez les légumes en cubes de 1 cm.

Hachez le chou-fleur et le persil le plus petit possible.

Comment faire le risotto :

Faites chauffer deux cuillères à soupe d'huile d'olive dans une poêle (ou deux cuillères à soupe de graisse de canard et faites chauffer).

Ajoutez l'oignon et le poireau dès qu'ils deviennent translucides. Faites mijoter le poivron vert pendant 10 minutes. Ajoutez les carottes, le céleri entier en tige et les haricots, les champignons et enfin la tomate râpée sans la peau. Laissez mijoter pendant encore 10 minutes. Ajouter le vin et réduire suffisamment.

(Pour la version canard : nous enlevons la peau et la graisse du canard et la plaçons au fond de la poêle).

Ajoutez le riz et mélangez bien, ajoutez la moitié du jus d'orange puis le bouillon de légumes (2 parts de bouillon pour une part de riz) tout en faisant cuire le riz pendant 15 minutes.

Pour donner au risotto la saveur délicate et l'onctuosité, nous mélangerons l'autre moitié du jus d'orange avec le "Pols Orange" (zeste d'orange râpé).

Enfin, ajoutez le fromage râpé ainsi que le chou-fleur et le persil.

Si elle devient trop sèche, déglacez avec du bouillon de légumes et un filet d'huile d'olive.