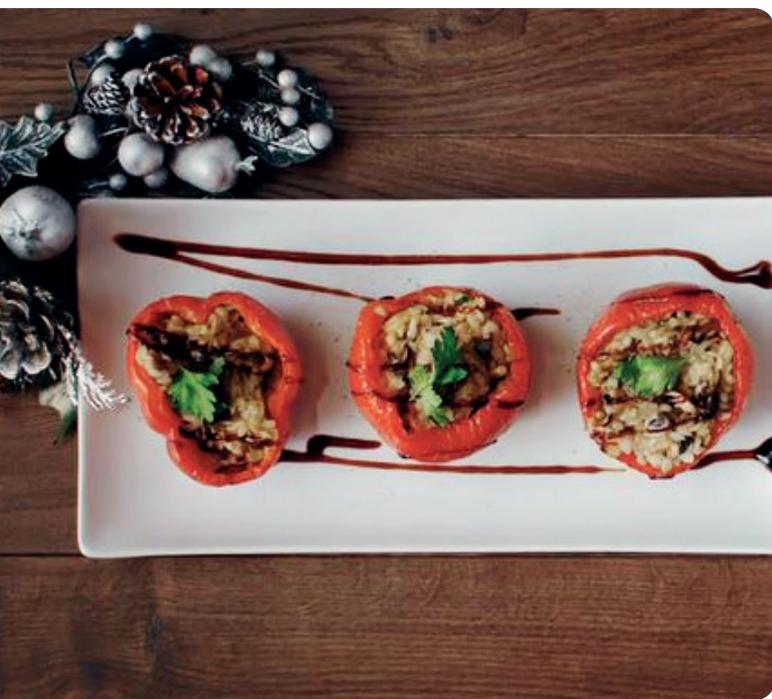


Poivrons au risotto

3 personnes • Moyen • Préparation 15 mn • Cuisson 45 mn



Ingrédients

- ✓ 25 g de beurre doux
- ✓ 1 c. à soupe d'huile d'olive
- ✓ 1/2 oignon, finement haché
- ✓ 1 gousse d'ail, finement hachée
- ✓ 1 poireau (le blanc uniquement), haché
- ✓ 1 c. à soupe de sauge
- ✓ 100 g de champignons hachés
- ✓ 100 g de **Riz Loprofin**
- ✓ 1 verre de vin blanc
- ✓ 350 ml de bouillon de légumes chaud
- ✓ 1 c. à soupe de persil haché
- ✓ Sel et poivre noir frais moulu.
- ✓ 3 poivrons rouges
- ✓ Fines herbes fraîches
- ✓ Vinaigre balsamique (facultatif)

Préparation

Faire chauffer le beurre et l'huile dans une casserole à feu moyen. Ajouter l'oignon, l'ail, le poireau, les champignons et la sauge et faire revenir pendant 2 minutes pour qu'ils ramollissent.

Ajouter le **Riz Loprofin** dans la casserole et remuez pendant une minute supplémentaire. Verser le vin blanc puis le bouillon et bien remuer en portant à ébullition.

Réduire le feu, couvrir et laisser mijoter pendant 15 minutes – remuer souvent pendant la cuisson afin d'éviter que le riz ne colle à la casserole. Pendant la cuisson, vérifier que le bouillon ne réduise pas trop ; en rajouter un peu si le risotto devient trop sec. Assaisonner selon votre goût avec du sel et le poivre noir frais moulu.

Déposer à la cuillère le risotto dans des poivrons rouges épinés, arroser d'un filet d'huile d'olive, saupoudrer de fines herbes fraîches et recouvrir d'une feuille de papier d'aluminium. Faites rôtir au four à 180°C pendant 20 minutes. Une fois cuit ajouter du vinaigre balsamique et du persil.

ASTUCE Toque Chef:

Ajouter 50 mL de **SNO-PRO Loprofin** en même temps que le bouillon pour obtenir un risotto crémeux.

Pour une portion	Valeur énergétique	EP	PHE	VAL	MET	LEU	LYS	TYR
	290 kJ	3,36 g	113 mg	135 mg	46 mg	186 mg	203 mg	72 mg
			5 2/3 parts	5 1/2 parts	4 2/3 parts	3 3/4 parts	8 parts	-

Entrées