

Risotto au vin rouge, noix et sauge frit

Un risotto original et automnal

Ingrédients :

250 g de riz à risotto (Carnaroli, Vialone, Sant'Andrea)

2 dl de vin rouge

Bouillon de légumes (environ 1 L)

40 g de beurre

40 g de parmesan râpé

12-16 feuilles de sauge

12 cerneaux de noix

Huile d'olive

Sel, poivre

Préparation :

1. Dans une casserole, faites légèrement dorer le riz dans un filet d'huile d'olive. Versez le vin rouge et remuez jusqu'à absorption pour colorer le riz.
2. Ajoutez le bouillon chaud petit à petit en remuant régulièrement jusqu'à cuisson complète du riz.
3. Faites chauffer 1 cm d'huile d'olive à 160°C dans une petite poêle. Faites frire les feuilles de sauge (quelques secondes), salez et réservez sur papier absorbant.
4. Dans la même huile, faites colorer les noix quelques secondes, retirez dès qu'elles commencent à dorer. Salez et réservez.
5. Hors du feu, ajoutez beurre et parmesan au risotto, mélangez vivement. Salez, poivrez et détendez avec un peu de bouillon si besoin. Servez dans des assiettes et parsemez de feuilles de sauge et de noix.

Astuces du chef :

- Utilisez un vin rouge corsé type Chianti pour renforcer les arômes.
- Ne surchauffez pas l'huile pour la sauge : elle doit être croustillante sans brunir.

Calories	Pour	Préparation	Cuisson	Difficulté	Allergènes
—	—	—	—	—	—
~480 kcal/portion	4 personnes	30 min	20 min	Moyenne	Lait, fruits à coque