

Risotto à la betterave

Préparation : 15 min

Cuisson : 1h30 + 18 min

Ingrédients : pour 4 personnes

500g de betteraves
350g de riz carnaroli
1 l de bouillon végétal
20cl de vin blanc sec
50 g de parmesan
2 branches de céleri
60 g de beurre doux
1 échalote
1 carotte
20 g de gingembre frais râpé
Huile d'olive
Sel, poivre

Préparation :

Faites chauffer le bouillon végétal à feu moyen. Salez et poivrez

Faites cuire les betteraves au four 1h30, épluchez-les. Réservez une betterave que vous couperez en dés. Mixez les autres avec un peu d'eau pour obtenir un coulis de betterave bien homogène.

Dans 3 c à soupe d'huile d'olive, faites revenir l'échalote, le céleri et la carotte hachés. Dès qu'ils commencent à dorer, incorporez le riz et toastez-le pendant 2 min, jusqu'à ce qu'il soit translucide. Déglacez avec le vin blanc, remuez et laissez évaporer 1 min. Baissez légèrement le feu et ajoutez le bouillon chaud au fur et à mesure en mélangeant régulièrement.

Vers la fin de la cuisson, quand le riz est moelleux mais le cœur encore ferme, ajoutez le parmesan, le gingembre râpé, le coulis et les betteraves.

Mélangez bien et servez aussitôt.

Paella Valenciana

Préparation : 20 min

Cuisson : 35 min

Ingrédients : pour 4 personnes

320g de riz AOC de valencia (ou type arborio)

4 pilons de poulet

4 râbles de lapin

200g de haricots verts plats

100g de haricots blanc cuits

2 grosses tomates bien mures

1 c. à soupe de piment doux

12 stigmates de safran

10 cl d'huile d'olive

Sel, poivre

Préparation :

Réhydratez vos pistils de safran dans 10cl d'eau chaude. Salez et poivrez les morceaux de viande. Equeutez les haricots et coupez-les en morceaux.

Râpez les tomates avec une râpe à gros trous, jetez la peau.

Répartissez une grosse pincée de sel dans la poêle, ajoutez l'huile. Colorez la viande de tous les côtés puis réservez-la à la périphérie de la poêle.

Ajoutez la chair de tomates et le piment doux au centre de la poêle, faites réduire jusqu'à ce que l'eau soit complètement évaporée.

Ajoutez l'eau safranée et 1 l d'eau. Portez à ébullition puis répartissez le riz dans le plat.

Faites chauffer 7 à 8 min à feu vif, ajoutez les haricots blancs, puis laissez cuire à feu doux pendant 8 à 10 min. Finissez à feu vif.

Astuces :

Bien préparer les ingrédients dans des coupelles ou saladier afin d'avoir tout sous la main