

RISOTTO AUX SALSIFIS

INGREDIENTS

Pour 4 personnes

risotto:

1 oignon, finement haché

1 gousse d'ail, pressée beurre

pour faire revenir

300 g de riz complet

1 dl de vin blanc

env. 8 dl de bouillon de légumes

75 g de sbrinz, fraîchement râpé

2 cs de beurre

poivre du moulin

salsifis:

250 g de salsifis en boîte, égouttés, coupés en biais en fines lamelles

beurre à rôtir ou crème à rôtir

sel, poivre

un peu de mélisse, finement ciselée, en réservant

une partie pour décorer



PREPARATION

1 Risotto: faire revenir les oignons et l'ail dans le beurre. Ajouter le riz, étuver. Mouiller avec le vin et remuer brièvement jusqu'à évaporation du liquide. Ajouter le bouillon de légumes par petites quantités, cuire jusqu'à ce que le riz soit al dente, en remuant constamment (35 à 45 min). Laisser au riz un aspect «mouillé».

2 Faire revenir les salsifis dans le beurre à rôtir, assaisonner.

3 Incorporer le beurre et le sbrinz, assaisonner. Disposer le risotto sur des assiettes préchauffées. Garnir de salsifis, décorer.