

LA RECETTE du LUNDI



risotto au potimarron, champignons et
noisettes grillées

plat



INGRÉDIENTS

Pour le risotto

- 300 g de riz Arborio (spécial risotto)
- 1 oignon jaune
- 2 gousses d'ail
- 1 L de bouillon de légumes chaud
- 10 cl de vin blanc sec
- 80 g de parmesan râpé
- 2 c. à soupe d'huile d'olive Dona Vona
- 40 g de beurre
- Fleur de sel aux épices grillées
- Poivre blanc de Penja

INGRÉDIENTS

Garnitures

- 400 g de potimarron
- 200 g de champignons frais (girolles, cèpes ou champignons de Paris)
- 50 g de noisettes entières
- Quelques branches de thym frais

 Pour 4 personnes

PRÉPARATION :



1. Rôtir le potimarron

- Préchauffez le four à 200°C.
- Lavez et coupez le potimarron en dés (inutile de l'éplucher s'il est bio).
- Disposez sur une plaque avec une cuillère à soupe d'huile d'olive, du sel, du poivre et du thym.
- Enfournez pour 25 à 30 min, jusqu'à ce qu'il soit tendre et doré.

2. Griller les noisettes

- Faites chauffer une poêle à sec.
- Ajoutez les noisettes entières et laissez-les griller 5 minutes en remuant.
- Concassez-les grossièrement et réservez.

3. Sauter les champignons

- Nettoyez les champignons et coupez-les en morceaux.
- Dans une poêle, faites revenir l'ail haché avec une cuillère d'huile d'olive et une noisette de beurre.
- Ajoutez les champignons, salez, poivrez et faites dorer 6-7 min. Réservez.

4. Préparer le risotto

- Dans une grande casserole, faites revenir l'oignon émincé dans le beurre et un filet d'huile.
- Ajoutez le riz et narez-le (il doit devenir translucide).
- Déglacez avec le vin blanc et laissez évaporer.
- Ajoutez le bouillon chaud, louche après louche, en remuant constamment. Cela prend environ 18 à 20 minutes.

5. Finaliser le plat

- Ajoutez le potimarron rôti, les champignons et la moitié des noisettes.
- Incorporez le parmesan et une noix de beurre pour le crémeux.
- Rectifiez l'assaisonnement avec la fleur de sel et le poivre blanc.

6. Dresser

- Servez chaud dans des assiettes creuses.
- Parsemez du reste de noisettes grillées.
- Décorez avec quelques brins de thym frais pour une touche végétale.

🍴 Astuces & conseils

- Crémeux++ : ajoutez une cuillère de mascarpone ou un filet de crème en fin de cuisson.
- Version plus festive ? Ajoutez quelques lamelles de truffe, ou un filet d'huile de noisette.
- Pas de potimarron ? Remplacez par du butternut ou de la patate douce.

