



Riz

Risotto aux asperges



1h 20 min 35 min 5 min 506

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUSSION

REPOS

CALORIES

Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédients pour le risotto

320 g **Riz Blanc**
500 g **Asperge(s) verte(s)**
1 litre(s) **Bouillon de légumes**
1 **Oignon(s)**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
30 g **Beurre**
40 g **Parmesan**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation

- 1 Laver les asperges.
- 2 Couper les pointes à 3 ou 4 cm et les réserver.
- 3 Couper la partie verte des tiges en morceaux et les réserver.
- 4 Éplucher et émincer l'oignon, le mettre dans une casserole avec l'huile et la moitié du beurre.
- 5 Faire revenir l'oignon à feu vif pendant quelques minutes, en remuant de temps en temps.
- 6 Ajouter les pointes et les morceaux d'asperges.
- 7 Faire revenir l'ensemble pendant 1 minute, tout en remuant. Ajouter une pincée de sel.
- 8 Baisser sur feu moyen, puis ajouter un peu de bouillon (le bouillon doit couvrir les asperges). Continuer la cuisson pendant 10 minutes.
- 9 Au bout des 10 minutes, enlever les pointes des asperges et les réserver dans une assiette. Laisser les autres morceaux d'asperges dans la casserole.
- 10 Remettre sur feu vif pour que le reste de bouillon s'évapore.
- 11 Une fois le bouillon évaporé, verser le riz dans la

casserole et le faire revenir pendant 1 minute tout en remuant.

- 12** Ajouter alors un peu de bouillon et continuer la cuisson, toujours en remuant, jusqu'à ce qu'il soit absorbé par le riz. Puis ajouter à nouveau du bouillon et remuer jusqu'à son absorption.
- 13** Continuer jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de bouillon et que le riz soit cuit et bien moelleux, c'est-à-dire pendant environ 20 minutes.
- 14** Deux minutes avant la fin de la cuisson, ajouter les pointes d'asperges et remuer.
- 15** Retirer le risotto du feu, ajouter le beurre restant, le parmesan et le poivre et mélanger pour lier.
- 16** Laisser reposer le risotto 5 minutes avant de le servir.