

Riz

Risotto aux épinards et au chèvre



45 min 15 min 30 min

0

448

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

REPOS

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Étape 1

Préparation des ingrédients

- 1 Equeuter les épinards, les couper grossièrement et les faire cuire 5 minutes avec un peu de beurre dans une poêle. Saler et poivrer et réserver.
- 2 Eplucher et émincer l'oignon.
- 3 Emietter grossièrement le chèvre.

Étape 2

Préparation du risotto et dressage

- 1 Faire revenir l'oignon dans la cocotte avec l'huile d'olive.
- 2 Ajouter le riz et laisser cuire en remuant jusqu'à ce qu'il devienne translucide.
- 3 Déglacer avec le vin blanc.
- 4 Ajouter le bouillon louche par louche en attendant à chaque fois qu'il soit absorbé par le riz sans cesser de remuer.
- 5 Une fois le riz cuit, ajouter les épinards, la crème fraîche, le poivre, le parmesan et les 3/4 du chèvre et mélanger délicatement.
- 6 Servir le risotto bien chaud et parsemer du reste de chèvre.

250 g **Riz Arborio**
 250 g **Epinard**
 10 cl **Vin blanc**
 1 **Oignon(s)**
 2 c. à soupe **Huile d'olive**
 75 cl **Bouillon de légumes**
 150 g **Chèvre frais**
 1 c. à soupe **Crème fraîche épaisse**
 2 c. à soupe **Parmesan**
 1 **Poivre**
 1 **Sel**
 1 **Beurre**