



RISOTTO AUX ST-JACQUES ET AGRUMES



2 pers.



35 min.



605 kcal/pers.*



INGRÉDIENTS

8 st-jacques / 1 orange / 1 pamplemousse /
1 citron

FOND DE PLACARD

150g. de risotto / 1 cube de bouillon de légumes /
1 oignon / 0,5dl. de vin blanc / 2cs. de parmesan
rapé / Huile d'olive / Gros sel

Bouillon de légumes. Mettre le cube de bouillon de légumes dans l'eau et porter à ébullition.

Oignon. Couper finement l'oignon.

Risotto 1/2. Faire fondre un morceau de beurre dans une poêle et ajouter l'oignon. Ajouter ensuite le riz et mélanger jusqu'à ce que le riz devienne un peu translucide. Ajouter le vin blanc, bien mélanger le tout et ajouter une première fois du bouillon de légumes (1/4). Laisser cuire à feu doux. Lorsque le bouillon a été absorbé par le riz, ajouter une nouvelle fois un peu de bouillon (2/4). Répéter l'opération encore une fois (3/4).

Agrumes (orange-pamplemousse-citron). Éplucher et retirer les quartiers des agrumes. Couper les quartiers en petits morceaux. Presser la chair pour en extraire le jus.

Risotto 2/2. Ajouter le reste du bouillon de légumes (4/4), ainsi que le jus d'agrumes. Laisser cuire à feu doux jusqu'à absorption du liquide. Une fois le liquide absorbé, ajouter un morceau de beurre et 2cs. de parmesan. Bien mélanger.

St-Jacques. Saupoudrer un peu de gros sel sur les st-jacques et les cuire à la poêle avec un peu d'huile d'olive. La cuisson des st-jacques est rapide, environ 1 minute sur chaque face. Une fois cuites, retirer les st-jacques de la poêle et ajouter les morceaux d'agrumes. Laisser cuire 30 secondes tout en remuant.

* Donné à titre indicatif. Peut varier en fonction des produits utilisés.