

Risotto d'orge aux champignons et butternut 🍷

🍷 4 portions · ⌚ prep. 15m · 🍳 cuisson 25m

🌾 gluten 🥛 lait 🌿 sulfites

Un risotto d'orge perlé aux champignons et butternut, crémeux au parmesan et au beurre. Le butternut peut être remplacé par du potiron ou potimarron.

France

INGRÉDIENTS

☐ huile d'olive	2 càs	☐ gousse d'ail, <i>hachée</i>	1
☐ oignon, <i>émincé</i>	1	☐ persil ciselé	3 càs
☐ butternut, <i>coupé en morceaux</i>	300 g	☐ parmesan râpé	30 g
☐ orge perlé	300 g	☐ beurre	30 g
☐ vin blanc	100 ml	☐ sel	
☐ bouillon de légumes	1 1/5 l	☐ poivre	
☐ champignons, <i>coupés en quartiers</i>	300 g		

PRÉPARATION

On peut remplacer le butternut par un autre type de cucurbitacée (potiron, pâtisson, potimarron...).

1. Dans une *cocotte*, faire chauffer l'*huile d'olive*. Ajouter l'*oignon* et laisser cuire doucement 5 minutes.
2. Ajouter le *butternut* et l'*orge perlé*. Mélanger 2 minutes.
3. Mouiller avec le *vin blanc* et laisser évaporer en remuant.
4. Ajouter une louche de *bouillon de légumes* et poursuivre la cuisson à feu moyen 15 minutes en ajoutant le bouillon au fur et à mesure de son absorption.
5. À mi-cuisson, ajouter les *champignons*, la *gousse d'ail* et la moitié du *persil ciselé*.
6. Couper le feu et ajouter le *parmesan râpé* et le *beurre* en mélangeant rapidement. Assaisonner avec *sel* et *poivre*. Laisser reposer 5 minutes.
7. Servir parsemé du reste de persil.