

Cuisson du risotto — école classique (remuage constant)



🍲 4 portions · ⌚ prep. 5m · 🕒 cuisson 20m

🥛 lait

Technique italienne traditionnelle du risotto en 4 phases (*tostatura, sfumare, cottura, mantecatura*). Remuage constant pendant la *cottura* pour créer le crémeux "all'onda" par friction grain-contre-grain qui libère l'amylopectine de surface. C'est la technique la plus enseignée et la plus répandue. Voir aussi Cuisson du risotto minimaliste pour l'approche moderne (Bottura, McGee) à remuage réduit.

italienne

INGRÉDIENTS

☐ bouillon, de légumes, de volaille ou de viande selon le risotto	1 1/2 l	☐ vin blanc sec, Soave, Verdicchio, ou un blanc sec non aromatique	100 ml
☐ echalote, ou un petit oignon doux	1	☐ beurre froid, en petits cubes, sortis du frigo à la dernière minute	50 g
☐ beurre, ou un filet d'huile d'olive vierge extra	20 g	☐ parmigiano reggiano, DOP, 24 mois minimum, fraîchement râpé fin	60 g
☐ riz Carnaroli, ou Arborio, ou Vialone Nano — toujours une variété italienne à risotto, riche en amylopectine	320 g		

PRÉPARATION

Cette fiche décrit la cuisson "de base" du risotto bianco (sans garniture spécifique) pour servir de référence technique à toutes les recettes de risotto du cookbook. Pour un risotto thématique (aux asperges, aux cèpes, à la betterave...), suivre cette technique et incorporer les garnitures aux moments indiqués.

— Préparation du bouillon —

1. Préparer *bouillon* et le maintenir frémissant sur feu très doux pendant toute la durée de la cuisson — il doit être ajouté chaud au riz, jamais froid (un bouillon froid casse la cuisson et fait éclater le grain).

— Soffritto —

2. Émincer très finement *echalote*.
3. Dans une *grande sauteuse à fond épais* (large et basse, pas profonde — la surface d'évaporation est importante pour la texture finale), faire fondre *beurre* à feu moyen.
4. Faire suer l'échalote 3 min sans coloration. Elle doit devenir translucide, brillante, fondante.

— Tostatura (nacrage) —

5. Verser le *riz Carnaroli* dans la sauteuse.

6. Remuer à la *cuillère en bois* 3 min à feu moyen-vif pour toaster les grains. Le riz doit chauffer uniformément, les bords devenir translucides, le centre rester opaque (« œil de poisson »). Il doit « chanter » — c'est-à-dire crépiter légèrement au contact de la sauteuse chaude.

Pourquoi nacrer : la tostatura grille superficiellement l'amidon de surface et crée une barrière qui empêche le grain d'éclater à la cuisson. Sans tostatura, on obtient un riz collant et pâteux.

— **Sfumare (déglaçage au vin blanc)** —

7. Verser *vin blanc sec* sur le riz nacré chaud.
8. Remuer en continu jusqu'à évaporation complète de l'alcool — on doit ne plus sentir l'odeur d'alcool (2 min). Le riz doit redevenir sec et faire à nouveau « chanter » la sauteuse.

Le sfumare n'est pas obligatoire (certaines traditions régionales s'en passent, notamment quand l'ingrédient dominant est délicat comme l'asperge ou la fleur de courgette). Mais quand il est fait, ne jamais sauter l'évaporation complète : un risotto qui sent l'alcool est raté.

— **Cottura (cuisson au bouillon)** —

9. Verser une première louche de bouillon chaud sur le riz — juste assez pour le couvrir.
10. Remuer constamment à la cuillère en bois ou à la spatule en suivant un mouvement régulier qui décolle le riz du fond et des bords. Le geste crée la friction grain-contre-grain qui libère progressivement l'amylopectine de surface, source du crémeux final.
11. Quand le bouillon est presque entièrement absorbé (le riz laisse une trace nette quand on creuse un sillon avec la cuillère), ajouter la louche suivante.
12. Continuer ainsi louche par louche, sans jamais arrêter de remuer, pendant 18 min environ (le temps total dépend de la variété : 16 min pour l'Arborio, 18 min pour le Carnaroli, 14 min pour le Vialone Nano).
13. Goûter régulièrement à partir de 14 minutes. Le riz est cuit quand le grain est tendre à l'extérieur mais conserve un léger nerf au centre — l'« al dente » italien, qui n'est pas le même que pour les pâtes mais doit rester perceptible.

Critère "all'onda" : à la fin de la cottura, incliner légèrement la sauteuse — la masse doit glisser en formant une vague souple et lente. Si la masse reste figée, c'est trop sec (ajouter

une demi-louche de bouillon). Si elle coule comme une soupe, c'est trop liquide (poursuivre la cuisson 1 minute).

14. Couper le feu. Saler si nécessaire (le bouillon apporte déjà du sel, goûter avant d'ajouter).

— **Mantecatura (émulsion finale)** —

15. Hors du feu, ajouter *beurre froid et parmigiano reggiano*.
16. Battre énergiquement à la cuillère en bois pendant 30 s en faisant des mouvements amples qui soulèvent le riz et le font retomber. Le froid du beurre + l'amidon libéré par le riz + le gras du fromage forment une émulsion qui devient le crémeux signature du risotto.
17. Couvrir et laisser reposer 1 min hors feu — la masse se détend et l'émulsion se stabilise.
18. Servir immédiatement dans des *assiettes chaudes* préchauffées, en frappant légèrement le fond de l'assiette sur le plan de travail pour étaler le risotto en disque fin (jamais en dôme, toujours en disque qui couvre le centre de l'assiette — c'est le service italien classique).

Le risotto se mange immédiatement. Il "tire" en quelques minutes et perd sa texture all'onda. Pour un service à table, dresser au dernier moment, devant les convives si possible.

Variantes de mantecatura : - Avec mascarpone : remplacer 20 g de beurre par 30 g de mascarpone — plus crémeux, plus riche - Avec huile d'olive : remplacer le beurre par 40 g d'huile d'olive vierge extra — version méditerranéenne, plus légère et lustrée - Avec gorgonzola : remplacer la moitié du parmesan par du gorgonzola dolce — risotto puissant

technique