



Risotto à la saucisse de porc épicée et au fenouil

Avec du mascarpone et du grana padano



GRANA PADANO

Originaire d'Italie, le grana padano a une texture plus granuleuse (grana) et un goût moins fruité que le parmesan.



Oignon



Piment rouge ✱



Fenouil ✱



Saucisse de porc à la marjolaine et à l'ail ✱



Citron



Graines de fenouil



Riz à risotto



Mascarpone ✱



Grana padano râpé ✱

Total : 40-45 min. Sans gluten

Beaucoup d'opérations

À manger dans les 5 jours

La légende urbaine présente à tort le risotto comme un plat délicat à préparer. Le secret d'un résultat crémeux, c'est de remuer le riz régulièrement pour cuire parfaitement chaque grain et libérer l'amidon. La saveur anisée du fenouil apporte une note fraîche et estivale à ce plat copieux.

BIEN COMMENCER

USTENSILES

Wok ou sauteuse avec couvercle, casserole et bol.

Recette de **risotto à la saucisse de porc épicée et au fenouil** : c'est parti !



1 DÉCOUPER LES LÉGUMES

Émincez l'**oignon**. Épépinez et émincez le **piment rouge**. Découpez le **fenouil** en quarts, ôtez le cœur dur et taillez en lamelles très fines. Réservez les **fanés**.



2 RETIRER LA PEAU DE LA SAUCISSE

Découpez la peau de la **saucisse** pour l'ouvrir et retirez la chair. Préparez le bouillon. Pressez le jus du **citron**.



3 CUIRE LA VIANDE ET LES LÉGUMES

Dans le wok ou la sauteuse, faites chauffer le beurre à feu moyen-vif et ajoutez l'**oignon**, le **piment rouge**, la majeure partie du **fenouil**, les **graines de fenouil** et la **viande**. Émiettez la cuire 4 à 5 minutes à feu moyen-doux.



4 PRÉPARER LA SALADE DE FENOUIL

Pendant ce temps, mélangez le reste de **fenouil**, le **jus de citron** et l'huile d'olive vierge extra dans le bol, puis salez et poivrez. Ajoutez le **riz à risotto** au wok ou à la sauteuse et faites-le cuire 2 minutes à feu doux, tout en remuant régulièrement★. Ajoutez 1/3 du bouillon et laissez les **grains de riz** s'en imbiber lentement. Remuez régulièrement.



5 CUIRE LE RISOTTO

Dès que les **grains de riz** ont absorbé le bouillon, ajoutez-en à nouveau 1/3, puis répétez l'opération une troisième fois. Faites cuire le **risotto** 15 à 20 minutes à feu doux en remuant régulièrement★★. Ajoutez éventuellement de l'eau ou du bouillon pour faire cuire les grains davantage.

★★**CONSEIL** : Pour préparer un risotto classique, on utilise du vin blanc. Si vous en avez, mouillez le risotto avec un filet de vin à l'étape 4.



6 SERVIR

Ajoutez le **mascarpone** et la majeure partie du **grana padano** au **risotto**, puis salez et poivrez. Servez le **risotto** dans des assiettes creuses et parsemez du reste de **grana padano**. Accompagnez le tout de la **salade de fenouil** et décorez avec les **fanés**.

★★**CONSEIL** : Le risotto est cuit dès que les grains sont moelleux à l'extérieur, mais encore légèrement croquants à l'intérieur.

1 À 6 PERSONNES INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Oignon (pc)	1/2	1	1 1/2	2	2 1/2	3
Piment rouge (pc) *	1/4	1/4	1/2	1/2	1	1
Fenouil (pc) *	1/2	1	1 1/2	2	2 1/2	3
Saucisse de porc à la marjolaine et à l'ail (100 g) *	1	2	3	4	5	6
Citron (pc)	1	2	3	4	5	6
Graines de fenouil (cc)	1/4	1/2	3/4	1	1 1/4	1 1/2
Riz à risotto (g)	75	150	225	300	375	450
Mascarpone (g) 7) *	25	50	75	100	125	150
Grana padano râpé (g) 3) 7) *	10	20	30	40	50	60
*À ajouter vous-même						
Bouillon de légumes* (cube)	1/2	1	1 1/2	2	2 1/2	3
Beurre* (cs)	1	1	2	2	3	3
Huile d'olive vierge extra*	Selon le goût					
Poivre et sel*	Selon le goût					

* Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	3151 / 753	427 / 102
Lipides total (g)	29	4
Dont saturés (g)	20,7	2,8
Glucides (g)	66	9
Dont sucres (g)	5,4	0,7
Fibres (g)	5	1
Protéines (g)	29	4
Sel (g)	4,3	0,6

ALLERGÈNES

3) (Œufs 7) Lait/lactose

Une question ? Nous sommes disponibles 7j/7 pour y répondre : n'hésitez pas à nous contacter !