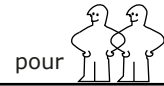


RISÖTTÖ d'automne

2,30€/pers

prix en bio



saison :



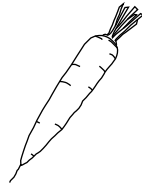
150g
riz à risotto



x1
oignon



x2
gousses
d'ail



x3
carottes



x1
petit
butternut



x1
poignée
de noisettes



x1/2
petit chou

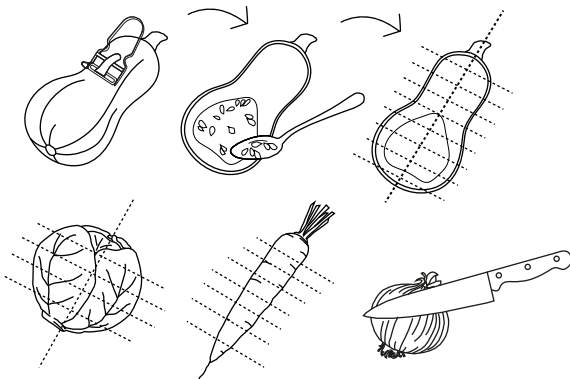


x1
bouillon
de légumes



x1
parmesan

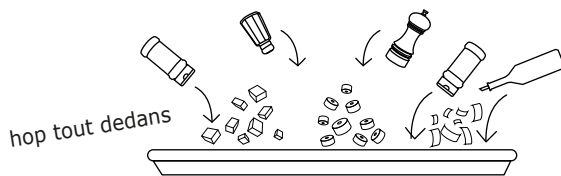
1



Epluche le **butternut**, retire les graines et coupe-le grossièrement.

Fais pareil avec les **carottes**, le **chou**, l'**oignon** et l'**ail**.

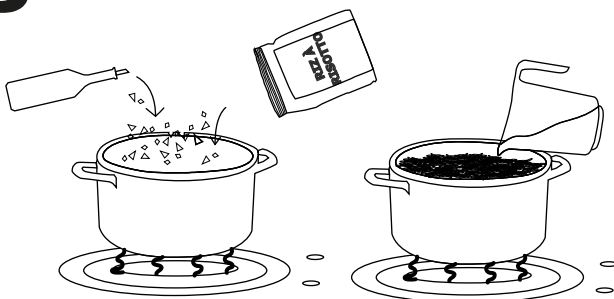
2



Sépare les légumes sur une plaque (pas l'oignon), assaisonne avec les **épices que tu kiffes**, l'huile et enfourne pendant 20 min à 180°C, enfourne le chou après 10 min.

Quand le **butternut** est prêt, écrase-le avec une fourchette.

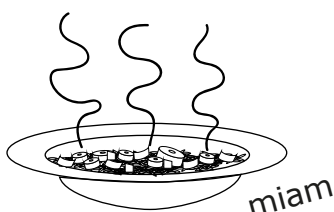
3



Fais fondre l'**oignon** et l'**ail** dans une casserole avec un peu d'**huile**.

Ajoutes-y le **riz**, mélange régulièrement. Quand il est légèrement translucide, ajoute le **bouillon** petit à petit. Assaisonne, goûte, regoûte et goûte.

Quand le riz est **al dente**, rajoute l'**écrasé de butternut** et du **parmesan**.



Concasse les **noisettes**. Mets le riz cuit dans une assiette, ajoute les légumes et les noisettes au-dessus et déguste !