



Risotto Primavera

GRAIN DE RIZ, GRAIN DE FOLIE ! En Italie au printemps, on glisse les légumes primeurs dans le plus coloré des risottos. Petits pois, asperges et carottes sont de la fête ! Et vous, avec quoi préparez-vous le risotto ?



Moyen



4 personnes



20 min



30 min



Moyen

Ingrédients pour 4 personnes

- 12 asperges vertes
- 500g de petits pois
- 1 carotte
- 1 courgette
- 1 branche de céleri
- 1 gros oignon
- 1 gousse d'ail
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 300g de riz à risotto
- 10cl de vin blanc
- 1 feuille de laurier
- 1 litre de bouillon de légumes
- 60g de beurre
- 50g de parmesan râpé
- Sel, poivre

Étape 1

Préparez les légumes : pelez 12 asperges vertes, écossez 500 g de petits pois (ou utilisez des petits pois surgelés), lavez et coupez finement une carotte, une courgette et une branche de céleri. Émincez 1 gros oignon et 1 gousse d'ail.

Étape 2

Faites chauffer 2 c. à soupe d'huile d'olive. Ajoutez l'oignon, la courgette, la carotte, le céleri et l'ail. Faites dorer puis ajoutez 300 g de riz à risotto.

Étape 3

Ajoutez 10 cl de vin blanc et une feuille de laurier. Laissez le vin s'évaporer. Ajoutez alors les petits pois, 1 litre de bouillon de légumes chaud louche à louche, en mélangeant.

Étape 4

Laissez cuire à petits bouillons 5 mn, puis ajoutez les asperges et laissez encore cuire 13 à 15 mn.

Étape 5

Hors du feu, ajoutez 60 g de beurre froid coupé en dés et 50 g de parmesan râpé. Couvrez puis mélangez vivement. Goûtez, salez et poivrez à nouveau si nécessaire.

Étape 6

Servez dans des assiettes creuses avec un peu de parmesan en plus.

C'est le moment de découvrir de nouvelles recettes saines et gourmandes

C'est le moment d'essayer nos [recettes](https://www.bonduelle.fr/recette/r/mini-pizzas-d-)

[aubergine/frz0078">Minis pizzas d'aubergine</u> ! Envie d'autre chose ? Dégustez notre <u>Risotto aux champignons de Paris et betteraves </u> !](#)