

🔪 Difficulté : Facile ⏱ Temps de préparation : 10 minutes 🍳 Temps de cuisson : 30 minutes



CÔTES DE VEAU POÊLÉE ET RISOTTO PARMESAN CITRON

Le crémeux du risotto au parmesan et la fraîcheur du citron subliment la tendreté de la côte de veau pour un plat raffiné et équilibré.

- **Le Veau sélectionné par Didier de la Ferme du Cantal**, avec soin et respect, garantissant ainsi une viande d'exception, tendre et pleine de saveur.
- **Les Légumes de la Maison du Mieux Manger**, cultivés localement avec soin, dans le respect des saisons et de l'environnement, pour des saveurs authentiques et une fraîcheur incomparable.

LES INGRÉDIENTS



Côte de veau
200 grs



Riz arborio
80grs



Parmesan
20grs



Echalote
1 petite



Vin blanc
10cl



Citron
1



Thym
1

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



Bouillon Volaille ou Légumes
30/35 cl



sel ,poivre
à convenance



Huile d'olive
à convenance



Beurre

L'ÉQUIPEMENT

1 poêle ou cocotte , 1 casserole,

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Émincez l'échalote et faites-la revenir dans une petite casserole avec un filet d'huile. Ajoutez le riz et faites-le nacer 1 minute. Versez le vin blanc et laissez évaporer.

ÉTAPE 2

Ajoutez le bouillon chaud louche par louche, en remuant régulièrement. Continuez 15-18 minutes jusqu'à ce que le riz soit crémeux mais encore légèrement ferme.

ÉTAPE 3

Hors du feu : incorporez le beurre, le parmesan, le zeste de citron et un tout petit filet de jus. Salez, poivrez, ajustez l'acidité selon ton goût. → Gardez au chaud.

ÉTAPE 4

Salez et poivrez la côte. Dans une poêle chaude, faites fondre beurre + huile. Saisissez la côte 2-3 min de chaque côté, selon l'épaisseur.

ÉTAPE 5

Baissez le feu, ajoutez le thym, et laissez cuire encore 3-5 minutes, en arrosant régulièrement. Laissez reposer 2 minutes hors du feu pour une viande tendre et juteuse.

ÉTAPE 6

Déposez le risotto dans l'assiette (un joli dôme). Ajoutez la côte de veau à côté. Un peu de zeste de citron ou de parmesan sur le risotto pour la touche festive.



CONSEILS ET ASTUCES

Pour la touche finale vous pouvez parsemer de persil ou de basilic frais.