

🔪 Difficulté : Moyenne 🕒 Temps de préparation : 10 minutes 🍳 Temps de cuisson : 30 minutes



## RISOTTO AUX ASPERGES ET PARMESAN

Ce risotto crémeux aux asperges et parmesan met à l'honneur les saveurs du printemps, avec une texture fondante et un goût délicatement relevé par le fromage. Un plat simple, raffiné et réconfortant.

- **Les Légumes** de la **Maison du Mieux Manger**, cultivés localement avec soin, dans le respect des saisons et de l'environnement, pour une fraîcheur incomparable et des saveurs naturelles.
- **Le Fromage** est sélectionné par **Aline de La Maison Du Mieux Manger**

### LES INGRÉDIENTS



**Riz à risotto**

80g



**Asperges**

3



**Oignon**

1



**Parmesan**

10g



**Vin blanc sec**

5cl



**Bouillon de légumes  
ou volaille**

250ml/personne

### LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



**Beurre**

1 cuillère à soupe



**Huile d'olive**



**Sel et poivre**

1 pincée

### L'ÉQUIPEMENT

Une poêle , Une casserole,

### LES ÉTAPES

#### ÉTAPE 1

Coupez l'extrémité dure des asperges. Gardez les pointes entières et coupez le reste des tiges en petits tronçons. Blanchissez-les 3-4 min dans de l'eau bouillante salée, puis égouttez et réservez.

#### ÉTAPE 2

Dans une casserole, préparez le bouillon et maintenez le bien chaud à feu doux.

#### ÉTAPE 3

Dans une grande sauteuse, faites revenir l'oignon émincé dans l'huile d'olive, sans le colorer. Ajoutez le riz et remuez 1 à 2 min jusqu'à ce qu'il devienne nacré (translucide sur les bords). Versez le vin blanc et laissez-le s'évaporer en remuant.

#### ÉTAPE 4

Ajoutez une louche de bouillon chaud, mélangez doucement jusqu'à absorption. Répétez l'opération louche par louche, pendant 18 à 20 minutes, en remuant régulièrement. À mi-cuisson, ajoutez les tronçons d'asperges (garde les pointes pour la fin).

#### ÉTAPE 5

Quand le riz est cuit (fondant mais légèrement ferme au centre), retirez du feu. Incorporez le beurre, le parmesan et les pointes d'asperges. Ajustez l'assaisonnement si besoin.



## CONSEILS ET ASTUCES

Vous pouvez ajouter des zestes de citron pour une touche de fraîcheur.