Mmm LA MAISON DU MIEUX MANGER | FERME DU CANTAL

Difficulté : Moyenne **Temps de préparation : 10 minutes** **Temps de cuisson : 20 minutes**

RISOTTO AUX COURGETTES, CITRON ET MENTHE FRAICHE

Un risotto crémeux et délicatement parfumé, mêlant la fraîcheur du citron, la douceur de la courgette et la vivacité de la menthe pour une explosion de saveurs estivales.

- **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
80 grs

citron
1

Echalote
1

Courgette
1

Vin blanc
25cl

Parmesan
25grs

Menthe
1

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS

Huile d'olive
1 cuillère à soupe

Sel et poivre
1 pincée

Bouillon de volaille
250ml /pers

L'ÉQUIPEMENT

Une poêle , Une casserole,

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Lavez, épluchez et coupez la courgette en petits dés.

ÉTAPE 2

Faites revenir l'échalote émincée dans l'huile d'olive. Ajoutez le riz, mélange 1 à 2 minutes jusqu'à ce qu'il devienne translucide. Déglacez avec le vin blanc et laissez évaporer. Ajoutez le bouillon chaud louche par louche, en remuant régulièrement, jusqu'à cuisson du riz (environ 18–20 minutes).

ÉTAPE 3

En fin de cuisson, incorporez les dés de courgette. Ajoutez le zeste et le jus du citron, le parmesan, les feuilles de menthe ciselées. Rectifiez l'assaisonnement.

ÉTAPE 4

Dégustez

CONSEILS ET ASTUCES

Vous pouvez rajouter quelques pignons de pins pour le croquant.