

Risotto citronné aux courgettes, noisettes et gingembre



Pour 4 personnes

Cuisson 40 minutes

Préparation 25 minutes

INGREDIENTS

- 1 grosse courgette verte
- 1 courgette jaune
- 300g de riz complet
- 1 citron
- 1L d'eau
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 10 cl de crème
- 1 c. à s. de gingembre frais râpé
- 80g de noisettes décortiquées
- huile de noix

CONSEILS DE PREPARATION

- 1 Prélever le zeste du citron. Réserver.
- 2 Dans un faitout, verser 1 litre d'eau, ajouter le citron coupé en deux et porter à ébullition.
- 3 Cuire à la vapeur les deux courgettes coupées en deux dans le sens de la largeur et non pelées pendant 5 minutes.
- 4 Réserver la courgette jaune qui doit être croquante, laisser cuire 5 minutes supplémentaires la courgette verte.
- 5 Hacher finement la courgette verte, la mélanger avec la crème, l'ail, l'oignon, le gingembre et les noisettes. Réserver.
- 6 Dans une casserole à fond épais, verser le riz avec le zeste de citron et le faire revenir à sec.
- 7 Lorsque les grains ont doré, mouiller avec une louche d'eau citronnée, couvrir et faire cuire à feu doux. Ajouter louche par louche, au fur et à mesure que le riz boit, jusqu'à épuisement du liquide.
- 8 En fin de cuisson, incorporer la courgette mixée en mélangeant avec le riz puis, juste avant de servir, la courgette jaune détaillée en gros dés.
- 9 Déguster en arrosant d'un filet d'huile de noix.

Bon appétit