

Risotto au citron

Ingrédients

pour 4 personnes

1 oignon
1 gousse d'ail
beurre pour faire revenir
250 g de riz (Tri ColoRice, par ex.)
1 dl de vin blanc ou de bouillon de légumes
6 dl de bouillon de légumes
1/2 citron, zeste râpé et jus
180 g de crème acidulée
sel, poivre
100 g de tomme, coupée en petits dés, à volonté
rondelles de citron



Préparation

Préparation: 30 minutes

Prêt en 30 minutes

1. Faire revenir les oignons et l'ail dans le beurre. Ajouter le riz, faire revenir jusqu'à ce qu'il soit translucide. Mouiller avec le vin et le bouillon, laisser mijoter 20-22 minutes. Incorporer le jus et le zeste de citron, puis la crème acidulée. Arrêter la cuisson. Assaisonner.
2. Répartir le risotto dans des assiettes chaudes, parsemer de dés de fromage, décorer et servir immédiatement. Ajouter quelques gouttes de jus de citron avant de déguster.

Incorporer 1 oeuf battu aux restes de riz. Former des galettes de la taille de 1-2 cs et les dorer dans du beurre à rôtir ou de la crème à rôtir. Servir chaud ou froid.

Valeurs nutritionnelles

Une portion contient: 373 kcal; protéines: 9 g; lipides: 26 g; glucides: 22 g.