



C'est un peu long à préparer, mais que c'est bon ! Le fondant du riz associé aux parfums des artichauts, des alliums (ail et oignon) et du persil d'un côté, au crémeux de la crème et du parmesan de l'autre : un régal.

Risotto d'artichauts

Ingrédients

- 300 g de riz pour risotto (arborio)
- 1 bocal de cœurs d'artichauts (soit environ 300g) ou, pour les courageux, autant de frais, cuits vapeur et délestés de leurs écailles (les petites feuilles du bouton floral)
- 1 litre de bouillon de volaille ou de légumes
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 60 g de parmesan râpé
- 20 cl de crème liquide végétal (amande)
- 1 verre de vin blanc sec
- 1 bouquet de persil
- huile d'olive
- poivre et sel

Recette

- Hacher l'ail, l'oignon et le persil
- Dans une poêle, verser une cuillère à soupe d'huile d'olive, laisser légèrement chauffer et faire dorer l'oignon
- Incorporer le riz et remuer délicatement jusqu'à ce qu'il devienne translucide
- Ajouter l'ail
- Arroser avec le vin blanc : laisser cuire à feu doux jusqu'à ce qu'il s'évapore
- Faire chauffer le bouillon et s'organiser pour qu'il soit maintenu bien au chaud jusqu'au bout
- Verser une belle louche de bouillon sur le riz, laisser cuire à feu doux jusqu'à ce que le liquide ait été absorbé
- Renouveler patiemment l'opération jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de bouillon, sans cesser de remuer
- Une fois le bouillon complètement évaporé, le riz est alors fin prêt, c'est-à-dire ferme et crémeux
- Incorporez le parmesan, la crème et les artichauts préalablement coupés en deux
- Salez et poivrez, couvrir et laissez gonfler quelques minutes
- Servir chaud

Bon appétit