



LA RECETTE DU MOIS

Risotto à la coriandre, purée de citron confit et sardines



Pour 2 personnes :

- 120g de riz spécial risotto (l'équivalent d'un verre)
- 1 oignon
- 1 cube de bouillon de légumes
- 1 boîte de sardine à l'huile (4 sardines)
- 1 CS de coriandre
- 1 cc de purée de citron confit
- 1 cs de crème fraîche épaisse 15% MG (facultatif)

1-Épluchez et émincez l'oignon.

2- Faites-le revenir dans une sauteuse avec un peu d'huile.

3- Ajoutez le riz, mélangez pour l'enrober de l'huile et laissez cuire 2 minutes à feu moyen.

4- Ajoutez le cube de bouillon de légumes. Versez de l'eau à hauteur du riz.

5- Mélangez et laissez cuire à petits frémissements en mélangeant de temps en temps. Lorsque l'eau a été absorbée, ajoutez-en et poursuivez la cuisson du riz de la même manière jusqu'à ce qu'il soit fondant avec un cœur encore un peu croquant. Comptez 10 à 15 minutes de cuisson.

6- Lorsque le riz est cuit, ajoutez le citron confit et mélangez pour bien le répartir dans le risotto.

7- Terminez par la crème fraîche.

8- Ajoutez enfin les sardines coupées en morceaux (retirez les arrêtes si vous n'aimez pas) et la coriandre.

9- Servez aussitôt et accompagnez d'une salade de mâche.

BON APPÉTIT !!!