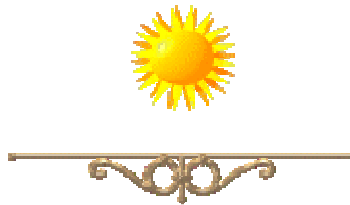


## Fiche recette 118

### Risotto au Safran et Miel.

*(Plat végétarien)*. Préparation : 20 minutes - Cuisson : 20 minutes environ



#### Ingrédients pour 4 personnes.

240 g de riz à risotto, si possible "Carnaroli", 700 cl. de bouillon de légumes, 2 g de pistils de safran, 50 cl de vin blanc, 40 gr de beurre, 20 gr d'huile d'olive extra vierge, 40 gr de parmesan râpé, 30 gr de miel de châtaigner, 70 gr d'échalotes, 20 gr de bouillon de légumes, 10 gr de fleur de sel.

#### Réalisation.

Réchauffer le bouillon de légumes. Dans une autre casserole, faire suer les échalotes hachées, sans coloration. Ajouter le riz et le faire dorer. Attention, on ne quitte pas un risotto des yeux. Verser le vin, puis laisser réduire. Ensuite, verser progressivement le bouillon chaud sans cesser de mélanger avec une cuiller en bois. Saler. Après 13 minutes de cuisson à feu doux, ajouter le safran. Retirer la casserole du feu, et incorporer d'abord le beurre, puis le parmesan pour obtenir un mélange crémeux. Servir le risotto dans les assiettes en y ajoutant un peu de bouillon de légumes préalablement mélangé au miel.