

RISOTTO AUX BETTERAVES

Pour 4 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 45 min



Ingrédients :

- 2 betteraves
- 750 ml de bouillon de légumes
- 1 c à s d'huile d'olive
- 1 gros oignon
- 2 gousses d'ail
- 300 g de riz pour risotto
- 20 g de parmesan râpé
- 50 g de roquette
- 1 c à s de persil plat frais

Épluchez et râpez grossièrement les betteraves. Mélangez-les avec le bouillon et 75 cl d'eau dans une casserole. Portez à ébullition puis laissez frémir à couvert. Le bouillon doit rester chaud pendant toute la préparation du risotto.

Pendant ce temps, faites chauffer l'huile dans une grande casserole pour y faire revenir l'oignon que vous aurez grossièrement haché auparavant et l'ail pilé. Ajoutez ensuite le riz et remuez l'enrober d'huile.

Mouillez avec 250 ml de bouillon à la betterave bien chaud et laissez frémir jusqu'à évaporation complète du liquide, en remuant sans cesse.

Répétez l'opération jusqu'à ce qu'il ne reste plus de bouillon, en procédant en plusieurs fois et attendant que le liquide soit presque évaporé pour en rajouter. Comptez 35 min de cuisson en tout. Ajoutez le parmesan, remuez et servez ce risotto agrémenté de roquette et de persil.