

10. Risotto di farro con formaggio alle erbe

Risotto d'épeautre avec fromage aux herbes



2 portions

Ingrédients :

150 grammes de riz d'épeautre

150 ml de vin rouge

200 grammes de Berdorfer Kräuterkäse (fromage de montagne aux herbes)

½ litre de bouillon de légumes

1 oignon

1 cuillère à soupe de beurre

Préparation :

1. Ciselez l'oignon et faites-le frire dans l'huile chaude.
2. Ajoutez le riz d'épeautre, mélangez bien, versez le vin et laissez s'évaporer.
3. Ajoutez le bouillon et remuez bien.
4. Laissez mijoter pendant environ 20 minutes, et remuez de temps en temps.
5. Coupez le fromage en morceaux et mélangez. Ajoutez sel et poivre si nécessaire.
6. Laissez reposer 10 minutes et servez.

RISOTTO - BASE

- 80 - 100 grammes pour personne pour une belle portion
- pour le risotto on utilise du riz italien (Arborio ou Carnaroli)
- on prépare le « soffritto » (oignons ciselés frits dans le beurre ou l'huile d'olive) et on ajoute le riz
- on ajoute le vin, si prévu
- on ajoute les autres ingrédients et le bouillon
- on remue bien
- à la fin on ajoute du beurre et du fromage râpé et on remue bien.

⇒ Le risotto doit être « all'onda », c.à.d. si on « secoue » la poêle, ça doit faire comme « des vagues » (le onde).

⇒ On peut faire le risotto avec : champignons, épinards, petits pois, poivrons, tomates, salsiccia, fromage(s).

⇒ Avec gamberetti ou frutti di mare on n'ajoute pas de fromage râpé.