

SANS
LACTOSE

SANS
GLUTEN

VEGAN



RISOTTO CRÉMEUX

AU ZESTE DE CITRON, PETITS POIS, COURGETTES ET BASILIC



INGRÉDIENTS POUR 2

25 MIN

- 500 - 750 ml de bouillon de légumes
- 1 échalote (en petits dés)
- 1 petite courgette (en demi-lune)
- 2-3 gousses d'ail (pressées)
- 200 gr de riz arborio
- 2 feuilles de laurier
- 2-3 branches de thym
- Zeste d'un quart de citron
- 200 gr de petits pois
- 100 ml de Pa'lais Sauce Nature
- Jus de citron au goût
- Deux poignées de feuilles de basilic
- Huile d'olive, poivre et sel

PRÉPARATION

Chauffez le bouillon de légumes. Faites chauffer une grande casserole (ou une sauteuse) à feu moyen avec l'huile d'olive. Faites frire les échalotes jusqu'à ce qu'elles soient translucides. Ajoutez la courgette et l'ail écrasé et faites-les revenir pendant +/- 2 minutes. Assaisonnez avec du sel et du poivre. Ajoutez le riz arborio et remuez bien pour que tous les grains soient recouverts d'huile. Ajoutez ensuite le laurier et le thym, ainsi que le zeste d'un quart de citron. Ajoutez le bouillon, petit à petit. Remuez de temps en temps pour que rien ne colle au fond. Ajoutez les petits pois dans les 8 dernières minutes. Une fois le bouillon terminé, vérifiez si le riz est cuit. Sinon, ajoutez de l'eau chaude. Assaisonnez avec du zeste de citron, du poivre et du sel. Ajoutez 100 ml de Pa'lais Sauce Nature et équilibrez avec du jus de citron. Ajoutez le basilic frais dans le risotto. Servez avec un zeste de citron supplémentaire, des feuilles de basilic et un peu de poivre noir.

Découvrez d'autres recettes pour votre cuisine végétale sur www.palais.bio