

Risotto butternut noisettes et graines de courge



Ingédients pour 4 personnes :

- 200 g de riz à risotto
- 400 g de butternut
- 800 ml d'eau
- ½ oignon
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- ½ c. à c. de ras el hanout
- 1 à 2 poignées de noisettes
- 1 poignée de graines de courge
- Sel

Les étapes

Laver la courge, retirer les graines et couper la en cubes.

Émincer l'oignon.

Mettre les morceaux de courge et l'oignon dans une casserole avec l'huile, et faire revenir 4 à 5 min à feu moyen.

Ajouter les épices et du sel.

Ajouter le riz et le mouiller petit à petit avec l'eau.

A chaque louche, remuer et attendre que l'eau soit bue par le riz avant d'en remettre (cela va durer une dizaine de minutes).

Quand le riz a bu toute l'eau, ajouter les noisettes grossièrement concassées et les graines de courge.

Servir tout de suite.

Source : <https://www.boiteamalicedemamanfee.fr/risotto-butternut-noisette-et-graines-de-courge/>