

Riz

Risotto au pesto rouge et calamar



45 min **10 min** **35 min** **0** **810**
 TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation du pesto rouge

- 1 Éplucher et dégermer l'ail, puis le déposer dans le bol du robot mixeur.
- 2 Ajouter les tomates séchées, les pignons de pins torréfiés.
- 3 Si on ne trouve pas de pignons déjà torréfiés dans le commerce, faire griller des pignons naturels dans une poêle sur feu vif sans matière grasse.
- 4 Ajouter ensuite le parmesan préalablement râpé, le basilic effeuillé, puis mixer tout en ajoutant l'huile d'olive jusqu'à obtenir une pâte homogène.
- 5 Une fois la consistance voulue obtenue, débarrasser.

Étape 2

Préparation du risotto

- 1 Éplucher et hacher l'oignon. Réserver.
- 2 Dans une grande casserole, faire chauffer de l'huile d'olive. Ajouter les oignons et les faire suer sur feu moyen-doux.
- 3 Quand les oignons sont devenus translucides, ajouter le riz, mélanger pour qu'il s'imprègne d'huile.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les calamars

300 g **Calamar(s)**
2 c. à soupe **Huile d'olive**

Ingrédients pour le risotto

250 g **Riz Arborio**
1 **Oignon(s)**
10 cl **Vin blanc**
1 litre(s) **Bouillon de légumes**
50 g **Parmesan**
2 c. à soupe **Mascarpone**
2 c. à soupe **Crème fraîche épaisse**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le pesto Rouge

280 g **Tomates séchées**
1 botte(s) **Basilic**

- 4 Quand le riz est bien luisant, ajouter le vin blanc. Remuer puis verser le bouillon à hauteur du riz. Le laisser s'imprégner.
- 5 Quand le bouillon est complètement bu, goûter le riz. Si le riz n'est pas assez cuit, ajouter du bouillon à hauteur et laisser cuire à nouveau. Rester sur feu doux-moyen, le bouillon ne doit pas bouillir.
- 6 Continuer à ajouter du bouillon jusqu'à ce que le riz soit presque cuit et qu'il ait doublé de volume. Ajouter alors le parmesan, le mascarpone et la crème fraîche. Bien mélanger pour amalgamer le tout.
- 7 Laisser terminer la cuisson sur feu doux pendant la préparation des calamars.

50 g **Pignons de pin**
1 **Gousse(s) d'ail**
60 g **Parmesan**
15 cl **Huile d'olive**
1 **Sel**

Étape 3

Cuisson des calamars

- 1 Faire chauffer une poêle, y verser un filet d'huile d'olive.
- 2 Saisir les calamars une fois l'huile très chaude. Les retourner à l'aide de pinces.
- 3 Débarrasser les calamars cuits dans une assiette.
- 4 Poivrer le risotto, incorporer le pesto rouge et mélanger. Goûter et rectifier l'assaisonnement en sel.

Étape 4

Dressage

- 1 Assaisonner les calamars de sel et de poivre, mélanger.
- 2 Projeter de petites pincées de piment sur l'assiette de service pour donner un effet coloré.
- 3 Remplir un bol sur l'assiette avec le risotto et les calamars, en alternant éventuellement les couches.
- 4 Disposer quelques calamars dans l'assiette pour rappeler la garniture du risotto. Poivrer.