



RISOTTO À L'ORANGE SANGUINE DE SICILE IGP ET ARTICHAUTS

Categoria: Premier plats **Tempo di preparazione:** 40 minutes **Difficoltà:** medio 

Ingredienti per 2 personnes

- 160 g de riz balilla complet
- 1 orange sanguine de Sicile IGP non traitée
- 5 têtes d'artichauts
- 1/2 oignon rouge
- 1 cuillère à café de curry en poudre
- Sel et poivre au goût
- huile d'olive extra vierge au goût

Chef : Sarah Bua

Un risotto frais et savoureux qui ouvre l'appétit.

Difficulté : **moyen**

Coût : **bas**

Temps de préparation : **40 minutes**

Portions : **2 personnes**

Préparation

Pour commencer, mettez de l'eau dans une casserole d'environ 3 fois le volume de votre riz (par exemple 3 tasses d'eau pour une tasse de riz), avec une pincée de sel, et laissez bouillir.

Pendant ce temps, hachez l'oignon et faites-le revenir dans une poêle à fond épais avec environ 2 cuillères à soupe d'huile.

Coupez également 4 artichauts (en laissant 1 pour la décoration) en morceaux pas trop petits pour s'assurer qu'ils conservent leur consistance, et ajoutez-les au sauté, en les

laissant aromatiser pendant environ 2-3 minutes.

À ce stade, ajoutez votre riz, et après l'avoir retourné pendant environ 1 minute avec les artichauts, ajoutez une première partie de l'eau que vous aviez préalablement bouillie.

L'effet devrait être celui d'un grésillement vraiment invitant !

Ne versez pas toute l'eau immédiatement, n'en ajoutez que la moitié et laissez toujours le reste sur le feu : il est important que l'eau que vous ajoutez au risotto soit bouillante pour ne pas interrompre la cuisson du riz.

Prenez ensuite deux grosses pelures d'oranges sanguines non traitées, éventuellement à l'aide d'un éplucheur de pommes de terre pour éviter de prendre trop de la partie blanche de la peau, et ajoutez-les immédiatement au riz qui cuit déjà dans l'eau bouillante avec les artichauts.

Ensuite, en ajustant avec les temps de cuisson indiqués sur l'emballage de votre riz (environ 35-45 min), continuez à rajouter de l'eau au fur et à mesure de la cuisson du riz, sans oublier de le retourner souvent pour qu'il ne colle pas à la poêle !

Pour parfumer encore plus le plat, je vous propose d'ajouter une cuillère à café de poudre de curry, de préférence à mi-cuisson.

Lorsque le riz semble déjà cuit au goût, n'ajoutez plus d'eau et laissez l'excédent d'eau s'absorber.

Vous pouvez ensuite retirer la casserole du feu et fouetter avec un filet d'huile d'olive extra vierge, une pincée de curry et de poivre noir.

Pour la décoration, j'ai pensé à des têtes d'artichauts croustillantes, finement tranchées et frites dans de l'huile de tournesol.

Essayez aussi un zeste d'orange sanguine frit ! Vraiment incroyable.

Vous êtes maintenant prêt à servir !

Sarah Bua vous dit Bon appétit !

