



SARTÙ VÉGÉTARIEN À LA SAUCE DE POIS

Categoria: Plats uniques **Tempo di preparazione:** 50 minutes + 60 minutes de cuisson
Difficoltà: medio 🇮🇹

Ingredienti per 6 / 8

Pour le sartù de riz :

- 2 aubergines longues
- 2 courgettes
- Chapelure au goût
- 1 oignon haché
- 200 g de petits pois en conserve
- 700 g de riz
- ½ verre de vin blanc sec
- 2l de bouillon de légumes
- 2 jaunes d'œufs
- 250 g de mozzarella en dés
- 40 g de parmesan râpé
- 1 bouquet de persil finement haché
- Huile d'olive extra vierge au goût
- Huile de graines pour la friture au goût
- Sel au goût
- Poivrer au besoin

Pour le ragoût de pois :

- 1 oignon moyen
- haché 450 g de petits pois en conserve
- ½ verre de vin blanc sec
- 1 verre de purée de tomates
- Sel au goût
- Quelques feuilles de laurier, pour décorer

Une délicieuse couronne de riz aux petits pois. Une recette parfaite pour un déjeuner en famille ou un dîner entre amis.

Difficulté : **moyen**

Coût : **moyen**

Temps de préparation : **50 minutes + 60 minutes de cuisson**

Portions : **6 / 8 personnes**

Préparation

Lavez et équeutez les aubergines et les courgettes : à l'aide d'une mandoline, coupez-les dans le sens de la longueur en tranches fines. Faites-les frire dans de l'huile de graines abondante, transférez-les sur le papier approprié et lorsqu'elles sont tièdes, si nécessaire, tamponnez-les avec du papier absorbant afin d'absorber l'excès d'huile.

Badigeonnez un moule à beignet de 26 cm de diamètre d'huile d'olive extra vierge et saupoudrez-le de chapelure. Garnissez-le ensuite des tranches d'aubergine et de courgette en alternant les unes avec les autres.

Dans une casserole, faites chauffer 2 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge et laissez l'oignon haché parfumer. Ajoutez le riz et les petits pois et mélangez. Ajoutez le vin blanc et laissez évaporer. Portez ensuite le risotto à mi-cuisson en ajoutant une louche de bouillon de légumes chaud à la fois. Retirez le récipient du feu et transférez le riz sur une grande plaque à pâtisserie, laissez-le refroidir et ajoutez les jaunes d'œufs, la mozzarella en dés, le fromage râpé et le persil finement haché. Salez et poivrez et mélangez tous les ingrédients.

Préparez le ragoût de petits pois en faisant ramollir l'oignon haché dans une poêle avec de l'huile d'olive extra vierge, ajoutez les petits pois, le vin blanc, la purée de tomates et une pincée de sel. Faites cuire 25 minutes.

Versez le riz dans le moule chemisé, nivelez bien et faites cuire au four préchauffé à 180° pendant 15-20 minutes. Sortez du four, laissez refroidir puis démoulez le sartù végétarien sur un plat de service.

Versez la sauce aux petits pois sur le sartù en partant du centre et décorez de quelques feuilles de laurier. Bon appétit !

Astuce : Prenez soin de démouler le sartù une fois refroidi pour éviter qu'il ne se brise pendant l'opération.

