

# RISOTTO AUX CAROTTES

## LEGUMES

---

préparation : 10' cuisson : 30'  
facilité ♥♥

---

### Ingrédients pour 4 personnes

400 g (pesé cru) de riz arborio ou un riz rond pour risotto

2 oignons

1 dent d'ail

6 carottes

2 cubes de bouillon aux légumes

1 poivron jaune ou (1 pot stérilisé maison) facultatif

2 litres d'eau

un peu d'huile d'olives

5 cas de parmesan râpé

2 cas de sirop/vinaigre de mangues

### Préparation :

Pour celles qui n'aiment pas la peau du poivron comme moi :

(Laver le poivron et le mettre à cuire dans le four à 180 °pendant 20'

puis l'enfermer dans un sac en plastique, la peau du poivron s'enlèvera facilement)

Nettoyer le poivron et le découper en petits morceaux.

Peler et découper également les carottes.

Cuire les carottes dans une eau peu salée, réserver,

Préparer le bouillon de légumes : chauffer l'eau avec le cube

Peler et découper l'oignon et l'ail en fins morceaux.

Dans une grande poêle, ajouter l'huile, déposer l'oignon et l'ail et faire suer,

Ajouter le riz, bien mélanger jusqu'à ce qu'il soit translucide.

Commencer le risotto sur feu moyen, ajouter le bouillon chaud en plusieurs fois dans la poêle du riz.

Attendre que le liquide soit bien absorbé avant d'en rajouter. Le liquide doit chauffer légèrement mais pas bouillir, ni s'évaporer,

Ajouter ainsi, louche par louche, tout le bouillon,

A mi-parcours, après quelques louches, ajouter les carottes cuites. Bien remuer, présence obligatoire en cuisine .

A vous de voir quand le riz est cuit, peut être vous aurez trop de bouillon ou pas assez,

Tout dépend du riz etc.

Ajouter le parmesan râpé, bien mélanger et déguster.



J'ai ajouter  2 c a soupe de vinaigre de mangue en même temps que le parmesan !

[Http://parfumsdecampagne.be](http://parfumsdecampagne.be)

géré par Eliane