SAISON · AUTOMNE-HIVER

Risotto butternut
& sauge

✦ ✦ ✦

TEMPS	PORTIONS	L'ATOUT
35 min	2	Crémeux & réconfortant

🍂 Saison · 🌱 Végé · 👨‍👩‍👧 Famille

Ingrédients

- 150 g de riz à risotto
- 300 g de butternut
- 1 oignon
- 70 cl de bouillon
- 30 g de parmesan
- Sauge, huile d'olive, sel, poivre

Préparation

1. Fais revenir l'oignon, ajoute le riz et nacre-le 1 min.
2. Ajoute la butternut en petits cubes.
3. Verse le bouillon louche par louche, en remuant, 18-20 min.
4. Hors du feu, ajoute le parmesan et la sauge.

POURQUOI ÇA MARCHE

Le risotto crémeux des dimanches soirs cocooning : la butternut lui donne de la douceur et de la couleur, le parmesan le goût. Oui, du riz le soir — c'est un féculent comme un autre, et il n'a jamais empêché personne de perdre du gras. On compte la portion, on se régale.