

Risotto d'hiver

avec tombée de chou kale, tomates rôties et parmesan

Végé

40 minutes



En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus.

Merci de votre compréhension.
Bon appétit!



Riz arborio



Échalote



Chou kale, haché



Ail



Graines de fenouil



Concentré de bouillon de légumes



Fromage parmesan, râpé



Tomates raisins



Vinaigre de vin blanc



Noix de Grenoble, hachées

BONJOUR RISOTTO

Provenant du nord de l'Italie, le risotto est fait à base de riz mijoté dans du bouillon jusqu'à l'obtention d'une consistance crémeuse.

Commencer ici

- Avant de commencer, préchauffer le four à 450 °F.
- Laver et sécher tous les aliments.

À sortir

Casserole moyenne, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, cuillères à mesurer, plaque à cuisson

Ingrédients

| | 2 pers | 4 pers |
|----------------------------------|--------------|--------------|
| Riz arborio | ¾ tasse | 1 ½ tasse |
| Échalote | 50 g | 100 g |
| Chou kale, haché | 56 g | 113 g |
| Ail | 6 g | 12 g |
| Graines de fenouil | 1 c. à thé | 2 c. à thé |
| Concentré de bouillon de légumes | 2 | 4 |
| Fromage parmesan, râpé | ¼ tasse | ½ tasse |
| Tomates raisins | 227 g | 454 g |
| Vinaigre de vin blanc | 1 c. à table | 2 c. à table |
| Noix de Grenoble, hachées | 28 g | 56 g |
| Beurre non salé* | 2 c. à table | 4 c. à table |
| Huile* | | |
| Sel et poivre* | | |

* Pas inclus dans la boîte

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Préparation

Dans une casserole moyenne, ajouter **4 ½ tasses** d'**eau** (5 ½ tasses de pour 4 pers) et les **concentrés de bouillon**, puis couvrir et porter à légère ébullition à feu moyen. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Peler, puis émincer l'**échalote**. Hacher finement le **kale**.



Rôtir les tomates

Entre-temps, sur une plaque à cuisson, arroser les **tomates** de **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis **saler** et **poivrer**. Rôtir au **centre** du four jusqu'à ce qu'elles commencent à éclater, de 10 à 11 min. (**ASTUCE** : attention de ne pas les brûler!)



Commencer le risotto

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen, ajouter **2 c. à table** de **beurre** (doubler pour 4 pers), puis les **échalotes**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'elles ramollissent, de 2 à 3 min. Ajouter le **riz**, l'**ail**, les **graines de fenouil** et le **vinaigre**, puis cuire en remuant, de 1 à 2 min.



Finir risotto

Lorsque tout le **bouillon** est absorbé par le **riz**, ajouter le **parmesan** et le **kale**. Cuire en remuant jusqu'à ce que le **kale** tombe, de 3 à 4 min. Incorporer les **tomates**, puis **saler** et **poivrer**.



Cuire le risotto

Dans la même poêle, ajouter **1 tasse** de **bouillon** (même quantité pour 4 pers) et cuire en remuant jusqu'à ce qu'il soit absorbé. Continuer à ajouter du **bouillon**, **1 tasse** à la fois, en remuant souvent jusqu'à ce que le **bouillon** soit absorbé et que le **riz** soit tendre et crémeux, de 28 à 30 min.



Finir et servir

Répartir le **risotto** dans les bols, puis saupoudrer de **noix de Grenoble**.

Le souper, c'est réglé!