



# Risotto à la saucisse de porc épicée et au fenouil

préparé avec du mascarpone et du fromage italien

45 min. • À consommer dans les 3 jours



Oignon



Piment rouge



Fenouil



Saucisse de porc et ail



Graines de fenouil moulues



Riz pour risotto



Mascarpone



Fromage italien râpé

## Ingrédients de base

Cube de bouillon de légumes, beurre, huile d'olive vierge extra, poivre et sel

## Bien commencer

N'oubliez pas de bien laver et essuyer les légumes et fruits frais avant de commencer à cuisiner.

### Ustensiles

Bol, casserole en inox, wok ou sauteuse avec couvercle

### 1 à 6 Personnes ingrédients

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Oignon (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Piment rouge* (pc)	¼	¼	½	½	¾	¾
Fenouil (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Saucisse de porc, marjolaine et ail* (pc)	1	2	3	4	5	6
Graines de fenouil moulues (cc)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Riz pour risotto (g)	75	150	225	300	375	450
Mascarpone* (g 7)	25	50	75	100	125	150
Fromage italien râpé* (g)	12½	25	37½	50	62½	75

#### À ajouter vous-même

Cube de bouillon de légumes (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Beurre (cs)	1	1	2	2	3	3
Huile d'olive vierge extra	À votre goût					
Poivre et sel	À votre goût					

\* Conserver au réfrigérateur

### Valeurs nutritionnelles

	Par portion	Pour 100 g
Énergie (kJ/kcal)	3485 /833	1249 /299
Lipides total (g)	51	18
Dont saturés (g)	26,1	9,4
Glucides (g)	65	23
Dont sucres (g)	3,5	1,3
Fibres (g)	3	1
Protéines (g)	26	9
Sel (g)	5	1,8

### Allergènes :

7) Lait/Lactose

### Contact

Votre avis nous intéresse ! N'hésitez à nous en faire part via notre site Internet ou nos réseaux sociaux.



## 1. Découper les légumes

Émincez l'**oignon**. Épépinez et émincez le **piment rouge**. Découpez le **fenouil** en quarts, ôtez le cœur dur et taillez-le en lamelles très fines. Réservez éventuellement les fanes.



## 2. Préparer la saucisse

Portez 350 ml d'eau à ébullition par personne dans une casserole, puis émiettez ½ bouillon cube par personne au-dessus. Découpez la peau de la **saucisse** pour l'ouvrir et retirez la chair.



## 3. Cuire

Dans le wok ou la sauteuse avec couvercle, faites chauffer le beurre à feu moyen-vif et ajoutez l'oignon, le **piment rouge**, la majeure partie du **fenouil**, les **graines de fenouil** et la **viande**. Émiettez la viande en la saisissant à feu vif, puis faites-la cuire encore 4 à 5 minutes à feu moyen-doux.



## 4. Préparer la salade de fenouil

Pendant ce temps, mélangez le reste de **fenouil** et l'huile d'olive vierge extra dans le bol, puis salez et poivrez. Ajoutez le riz à **risotto** au wok ou à la sauteuse et faites-le cuire 2 minutes à feu doux, tout en remuant régulièrement (voir CONSEIL). Ajoutez ½ du bouillon et laissez les grains de **riz** s'en imbiber lentement. Remuez régulièrement.

**CONSEIL :** Pour préparer un risotto classique, on utilise du vin blanc. Si vous en avez, arrosez le risotto avec un filet de vin à l'étape 4.



## 5. Cuire le risotto

Dès que les grains de **riz** ont absorbé le bouillon, ajoutez-en à nouveau ½, puis répétez l'opération une troisième fois. Faites cuire le **risotto** 15 à 20 minutes à feu doux en remuant régulièrement (voir CONSEIL). Ajoutez éventuellement de l'eau ou du bouillon pour faire cuire les grains davantage.

**CONSEIL :** Le risotto est cuit dès que les grains sont moelleux à l'extérieur, mais encore légèrement croquants à l'intérieur.



## 6. Servir

Mélangez le **mascarpone** et la majeure partie du fromage italien râpé au **risotto**, puis salez et poivrez. Servez le **risotto** dans des assiettes creuses et parsemez de **fromage italien râpé**. Accompagnez le tout de la salade de **fenouil** et décorez avec les fanes.

**Bon appétit !**