



RISOTTO AUX BIGORNEAUX (TM6, TM5)

⌚ 10 min ⌚ 45 min 🌿 Facile 🍴 4 portions 📊 Par 1 portion : 2265.8 kJ, 538.5 kcal, Protéines 19.3 g, Glucides 67 g, Lipides 19.8 g, Acides gras saturés 9 g, Fibres 2 g, Sodium 718 mg

Préparation

INGREDIENTS

1500 g d'eau
20 g de gros sel
600 g de bigorneaux
1 gousse d'ail
1 feuille de laurier
60 g de parmesan, coupé en morceaux (3 cm env.)
100 g d'échalotes
40 g de beurre doux, coupé en morceaux
25 g d'huile d'olive
320 g de riz spécial risotto, type carnaroli ou arborio
100 g de vin blanc sec
2 pincées de sel, à ajuster en fonction des goûts
thym citron, pour la finition

ACCESSOIRE(S) UTILE(S)

Non renseigné

ACCESSOIRE(S) THERMOMIX

panier cuisson, gobelet doseur, spatule

1. Mettre l'eau et le gros sel dans le bol. Insérer le panier cuisson, y mettre les bigorneaux, la gousse d'ail et le laurier, puis cuire **15 min/100°C/vitesse 3**. Réserver les bigorneaux et le bouillon de cuisson séparément. Laisser tiédir les bigorneaux. Nettoyer le bol.
2. Mettre le parmesan dans le bol et râper **10 sec/vitesse 10**. Transvaser dans un récipient et réserver.
3. Mettre les échalotes dans le bol et hacher **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
4. Ajouter le beurre et l'huile d'olive, puis rissoler **3 min/120°C/vitesse 1**, sans le gobelet doseur.
5. Ajouter le riz et rissoler **3 min/120°C/vitesse 1**, sans le gobelet doseur.
6. Ajouter le vin blanc et cuire **1 min/100°C/vitesse 1**, sans le gobelet doseur. Si nécessaire, racler le fond du bol à l'aide de la spatule pour décoller le riz.
7. Ajouter 600 g de bouillon de cuisson des bigorneaux et le sel, puis cuire **12-14 min/100°C/↻/vitesse 1**. Pendant ce temps, décoquiller les bigorneaux. Transvaser le risotto dans un récipient, ajouter les bigorneaux décoquillés, le parmesan râpé et laisser reposer au chaud quelques minutes. Parsemer de thym citron et servir aussitôt.