

Risotto au kamut et champignons

Ingrédients

- 250g de blé kamut, cru
- 250g de champignons brun
- 1,5l de bouillon de légumes
- 25 cl de vin blanc
- 2 oignons
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- Sel, poivre
- 50g de parmesan râpé (facultatif)



Préparation

1. Émincez l'oignon et le faire suer à feu doux dans une casserole avec l'huile d'olive. Ajoutez le Kamut et poursuivre la cuisson pendant 2 min en remuant souvent.
2. Ajoutez les champignons et mélangez.
3. Déglacez avec le vin blanc et laissez réduire.
4. Versez une louche de bouillon, mélangez, laissez réduire, ajoutez ensuite une deuxième louche et mélangez. Versez la moitié restante du bouillon et laissez cuire 35 minutes.
5. Mélangez le parmesan râpé au bouillon restant puis versez sur le kamut, mélangez et poursuivre la cuisson 20 minutes.
6. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire et goûtez le risotto, la sauce doit être crémeuse et le kamut croquant, ajoutez un peu d'eau si nécessaire.