



Cuisine et
dépendances

Risotto de carottes au curry et lait de coco



Pour ce risotto, j'ai préféré utiliser de la pâte de curry au goût très différent du curry en poudre : elle a un goût bien plus fin et contient une forte proportion de gingembre.

Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 100 g de riz à risotto (riz rond)
- 1 à 2 carottes
- 1 oignon
- 50 ml de lait de coco
- 1 grosse cuil. à café de pâte de curry
- coriandre fraîche ou surgelée
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- sel et poivre noir

Préparation :

Hacher l' oignon et couper les carottes en lamelles, dans leur longueur. Faire revenir dans une casserole la moitié des oignons et les carottes en lamelles dans un feu d'eau. Laisser cuire 5 à 10 min , les légumes ne doivent pas être complètement cuits.

Réserver les légumes cuits de côté. Ajouter une cuil à soupe d'huile dans la même casserole et y verser le reste des oignons. Laisser suer quelques minutes et ajouter le riz en remuant régulièrement. Lorsque le riz devient transparent, mouiller d'un quart de litre d'eau, ajouter la pâte de curry, le sel et le poivre. Faire cuire à couvert à feu moyen entre 15 à 20 min, en rajoutant éventuellement un

peu de liquide pour éviter que le riz n'attache.

5 minutes avant la fin de la cuisson, ajouter les légumes, le lait de coco et la coriandre. Remuer et finir de cuire à feu très doux.

Servir chaud.

Le 26 Juillet 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/07/26/index.html>