

Risotto de courge et épinards



Pour 4 personnes

300g de riz à risotto (arborio ou carnaroli)

1 oignon

1 verre de vin blanc (noailly-prat pour moi, comme d'hab!)

1 kilo de courge (ou une belle butternut)

1 l bouillon de volaille (ou de légumes)

1 sachet de 500g d'épinards ou 750g d'épinards frais (les épinards frais ont ma préférence)

2 à 3 csoupe d'huile d'olive

1 piment nora + du piment nora en poudre (à défaut du piment d'Espelette sera parfait)

50g parmesan

sel, poivre QS

J'ai appris trop tard qu'il fallait tremper le piment nora séché une heure avant de l'utiliser. Si je devais refaire ce plat, je ferais tremper mon piment dans le bouillon destiné à la cuisson du riz.

Préchauffer le four à 240°C chaleur tournante

Peler, épépiner la courge et la couper en petits dés de la taille d'une bouchée. La placer dans un grand plat à rôtir avec une csoupe d'huile d'olive, bien mélanger et enfourner pour environ 30 minutes, mélanger de temps en temps et surveiller. Saler et poivrer la courge.

Peler et ciseler l'oignon. Préparer le bouillon. Laver et équeuter les épinards, bien les égoutter.

Dans une grande sauteuse, chauffer 1 à 2 csoupe d'huile d'olive. Y mettre les oignons à suer à feu moyen en remuant régulièrement. Quand l'oignon est fondu, ajouter le riz et mélanger pour bien enrober tous les grains, jusqu'à ce que les grains deviennent légèrement nacrés-translucides. Ajouter le verre de vin blanc, placer le piment nora sur le riz et commencer à incorporer le bouillon chaud louche par louche en mélangeant en permanence et attendant que le bouillon soit presque totalement absorbé pour verser la louche suivante. Quand le riz est presque cuit, que tout le bouillon est utilisé, environ 20 à 25 minutes plus tard selon le riz utilisé, ajouter la courge cuite et mélanger. Terminer en ajoutant les épinards. Mélanger rapidement, couper le gaz, couvrir et patienter 5 minutes...

Râper le parmesan pendant ce temps...

Au moment de servir, ajouter la moitié du parmesan dans le plat, mélanger, puis répartir sur assiettes, saupoudrer du reste de parmesan et d'un peu de piment nora en poudre. J'ai décoré de quelques feuilles d'épinards crus.