



Mise à jour : 18/04/2024

Pilaf de riz au maïs, abricots et noisettes



Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
0.6	Riz long étuvé en sac 10 kg BEN'S ORIGINAL	0043412
0.18	Bouillon de légumes granulé en boîte 1,2 kg KNORR	0025505
2 kg	Maïs doux en grains sous-vide en boîte 3/1 EPISAVEURS	0025096
1	Abricots moelleux en sachet 1 kg MAITRE	0252827
0.15	Noisette hâchée grillée en sachet 1 kg LA PULPE	0021812
PM	Sel de mer fin en sachet 1 kg LA TABLEE	0025254
PM	Poivre blanc moulu en sachet 1 kg DUCROS	0045638
0.2	Huile de tournesol désodorisée BIO en bidon 5 L HUILERIE GID	0171559
0.5	Oignons	~
2 kg	Petit-pois	~
1 PCE	Bouquet garni	~
0.25	Beurre doux	~

Étapes de préparation

- 1 Mettre en œuvre le bouillon de légumes.
- 2 Eplucher et ciseler finement les oignons.
- Tailler les abricots en morceaux.
- Blanchir et rafraichir rapidement les petits pois.



- Dans un sautoir avec de la matière grasse, faire suer les oignons sans coloration. Ajouter le riz et le nacré. Ajouter les abricots en morceaux et le maïs. Mouiller à hauteur avec le bouillon de légumes. Mélanger le tout. Ajouter le bouquet garni.
- 6 Couvrir le sautoir d'un couvercle, puis finir la cuisson du riz au four jusqu'à absorbation totale du bouillon.
- Egrainer le riz en ajoutant du beurre en morceaux. Rectifier l'assaisonnement. Terminer le riz en ajoutant les noisettes concassées et les petits pois.