

Risotto marin d'épeautre, crème de butternut à la sauge



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 1 personne

Référence	Ingrédients	Quantité
245220	Tentacule de poulpe cuit 170/330 g	70 Gramme
133851	Courge butternut en dés 1 kg Bonduelle	50 Gramme
183130	Parmigiano reggiano pointe AOP 30% MG 1 kg env.	30 Gramme
244297	Crème fraîche épaisse 30% MG 5 L Bon&Engagé	20 Gramme
138598	Jus d'orange pressé 100% pur jus 3 L Andros	0.1 Litre
	Huile d'olive	0.01 Litre
	Feuille de sauge, coriandre, cive	PM
	Sel, poivre	PM

Etapas de préparation

- 1 Faire suer les cubes de butternut dans de l'huile d'olive, ajouter les feuilles de sauge, puis ajouter la crème épaisse. Vérifier l'assaisonnement et réserver.
- 2 Mettre en décongélation les tentacules de poulpe, puis les saisir à l'huile d'olive, déglacer à l'aide d'un jus d'orange.
- 3 Vérifier l'assaisonnement et en finition coriandre concassée.
- 4 Dresser, en finition : cive ciselé et copeaux de parmesan.

Risotto marin d'épeautre, crème de butternut à la sauge

L'astuce du chef



Il est important de prendre le temps pour la décongélation des tentacules de poulpe et de ne pas dépasser 80°C à sa remise en température.

Jean-Marc Cluzeau, conseiller culinaire PassionFroid