

Risotto au poulet, gambas et petits pois.

Ingrédients pour 4 personnes

300g de riz rond

500g de gambas ou de grosses crevettes

500g de poulet

250g de petits pois

2 oignons

1 carotte

½ citron

3c à soupe d'huile d'olive vierge

1 verre de vin blanc

40g de parmesan râpé

30g de beurre

sel

Poivre

½ bouquet de persil haché

1 côte de céleri

Préparation des ingrédients

Épluchez et coupez en julienne les légumes, réservez un oignon.

Coupez le citron en deux

Écossez les petits pois et faites-les cuire 7 à 8mn al denté

Égouttez-les et réservez.

Gardez l'eau de cuisson

Détaillez le poulet en lanière.

Préparation

Dans une grande casserole, portez à ébullition 2l d'eau avec les légumes, le citron, le sel et le poivre, faites bouillir à feu assez vif durant 10mn.



Puis jetez-y les gambas et laissez cuire 3mn.Otez à l'aide d'une écumoire.

Laissez refroidir, puis décortiquez-les.

Versez les lanières de poulet dans l'eau et laissez cuire 3mn.

Sortez-les du bouillon-et réservez.

Filtrez l'eau de cuisson et gardez-la pour la cuisson du riz avec l'eau de cuisson des petits pois.

Dans une casserole, versez l'huile d'olive, faites chauffer et faites-y suer l'oignon, lorsqu'ils sont transparent ,versez le riz et remuer quelques minutes, puis ajoutez une louche de bouillon, remuez jusqu'à totale absorption, versez le vin blanc et recommencer l'opération louche par louche jusqu'à ce que le riz n'absorbe plus le bouillon mais reste al denté .

Ajoutez alors les petits pois, les gambas et le poulet. Vérifiez l'assaisonnement, ajoutez alors le parmesan râpé et le beurre en copeaux et remuez.

Servez immédiatement dans la casserole en saupoudrant de persil haché.

Vous pouvez garder quelques gambas non décortiqué pour la décoration.

