

Risotto aux herbes avec un tartare de thon

Temps de préparation

30 minutes

Temps de cuisson

17 minutes

Nombre de couverts

4



Guy Ferdinand

Ti Bonum



Liste des ingrédients

- 250 g de risotto
- 1 bouquet de feuilles de blettes
- 2 oignons
- 4 courgettes rondes
- 1 aubergine
- 50 g de champignons de Paris
- 30 g de beurre
- 1 branche de persil
- 4 carottes
- 25 cl de crème
- 50 cl de fumet de poisson
- 1 filet de thon frais
- 4 branches de cive
- 1 concombre

Recette

Risotto

Hachez les feuilles de blettes et les oignons, taillez en brunoise (petits dés), les carottes et l'aubergine.

Dans un faitout, faites revenir dans le beurre ces différents ingrédients. Ajouter 50 cl d'eau et 30 cl de fumet de poisson.

Faites cuire à petits bouillons en remuant régulièrement pendant 17 minutes.

Deux minutes avant la fin de la cuisson, ajoutez la crème et remuez

Tartare de thon

Épluchez le concombre et taillez le en brunoise. Hachez le persil. Coupez en petits dés le filet de thon cru.

Dans un saladier, mélangez tous ces ingrédients et réservez.

Dans les courgettes évidées, versez le risotto puis par-dessus le tartare de thon

Bon appétit