



## BONJOUR

## ORZO

Dans cette recette, l'orzo, une pâte alimentaire ayant la même forme que le riz, est cuite comme un risotto!

TEMPS: 30 MIN



Orzo



Oignon, haché



Asperges

Fromage  
de chèvre

Bébés épinards

Concentré de  
bouillon de légumes

Ail



Petit pain ciabatta



Thym citron

Vinaigre  
balsamique



## SORTEZ

- Plaque à cuisson
- Presse-ail
- Tasses à mesurer
- Casserole moyenne
- Petit bol
- Grande poêle antiadhésive
- Cuillères à mesurer
- Sel et poivre
- Beurre non salé **2** (2 c. à table | 4 c. à table)
- Huile d'olive ou de canola
- Pinceau en silicone

## INGRÉDIENTS

2 pers | 4 pers

- |                                    |              |  |              |
|------------------------------------|--------------|--|--------------|
| • Orzo <b>1</b>                    | ¾ tasse      |  | 1 ½ tasse    |
| • Oignon, haché                    | 56 g         |  | 113 g        |
| • Asperges                         | 227 g        |  | 454 g        |
| • Fromage de chèvre <b>2</b>       | 56 g         |  | 113 g        |
| • Bébés épinards                   | 113 g        |  | 227 g        |
| • Concentré de bouillon de légumes | 1            |  | 2            |
| • Ail                              | 6 g          |  | 12 g         |
| • Petit pain ciabatta <b>1</b>     | 1            |  | 2            |
| • Thym citron                      | 7 g          |  | 7 g          |
| • Vinaigre balsamique <b>9</b>     | 1 c. à table |  | 2 c. à table |

## ALLERGENS | ALLERGÈNES

Some ingredients are produced in a facility that also processes milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

- |                 |                           |
|-----------------|---------------------------|
| 0 Fish/Poisson  | 6 Mustard/Moutarde        |
| 1 Wheat/Blé     | 7 Peanut/Cacahuète        |
| 2 Milk/Lait     | 8 Sesame/Sésame           |
| 3 Egg/Oeuf      | 9 Sulphites/Sulfites      |
| 4 Soy/Soja      | 10 Crustacean/Crustacé    |
| 5 Tree Nut/Noix | 11 Shellfish/Fruit de Mer |

\*Wash and dry all produce.



## BON DÉPART



Préchauffer le four à la fonction **griller** (pour griller les pains à l'ail). Commencer à cuisiner lorsque le four est à la bonne température!



### 1 PRÉPARATION

**Laver et sécher tous les aliments.\***

Dans une casserole moyenne, combiner **3 tasses** d'eau chaude (4 ½ tasses pour 4 pers) et le(s) **concentré(s) de bouillon**. Porter à ébullition à feu moyen. Entre-temps, couper et jeter environ 2,5 cm du pied des **asperges**, puis couper en tronçons de 2,5 cm (1 po). Détacher **1 c. à table** de **feuilles de thym citron** (dbl pour 4 pers). Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Hacher grossièrement les **épinards**.



### 4 FINIR L'ORZOTTO

Lorsque l'**orzo** est tendre et crémeux, retirer la poêle du feu. Ajouter les **asperges**, les **épinards** et la **moitié** du **fromage de chèvre**. Cuire en remuant jusqu'à ce que les **épinards** tombent, de 1 à 2 min. **Saler** et **poivrer**.



### 2 CUIRE LES LÉGUMES

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen, ajouter **½ c. à table** d'**huile** (dbl pour 4 pers) puis les **asperges**. Cuire en remuant jusqu'à ce qu'elles soient légèrement croquantes, de 3 à 4 min. **Saler** et **poivrer**. Réserver dans une assiette. Dans la même poêle, ajouter **2 c. à table** de **beurre** (dbl pour 4 pers), puis les **oignons** et **2 c. à thé** de **thym citron** (dbl pour 4 pers). Cuire en remuant jusqu'à ce qu'ils ramollissent, de 3 à 4 min.



### 5 FAIRE LE PAIN À L'AIL

Dans un petit bol, mélanger le **reste** de l'**ail**, le **reste** du **thym citron** et **1 c. à table** d'**huile** (dbl pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**. Couper les **pains** en deux et les disposer, côté coupé vers le haut, sur une plaque à cuisson. Les badigeonner d'**huile à l'ail** et les griller au **centre** du four jusqu'à ce qu'ils soient brun doré, de 2 à 3 min. (**ASTUCE**: attention de ne pas les brûler!)



### 3 COMMENCER L'ORZOTTO

Dans la même poêle, ajouter **1 c. à table** de **vinaigre** (doubler pour 4 pers). Cuire en remuant jusqu'à ce qu'il soit absorbé par les **oignons**, 1 min. Ajouter l'**orzo** et la **moitié** de l'**ail**. Cuire en remuant, de 1 à 2 min. Ajouter **1 tasse** de **bouillon** et cuire en remuant jusqu'à ce qu'il soit absorbé. Continuer à ajouter du **bouillon**, **1 tasse** à la fois, en remuant jusqu'à ce qu'il soit tout absorbé et que l'**orzo** soit tendre et crémeux, de 10 à 15 min.



### 6 FINIR ET SERVIR

Répartir l'**orzotto aux asperges et aux épinards** dans les assiettes. Garnir du **reste** de **fromage de chèvre**. Couper le **pain à l'ail** en triangles et les servir en accompagnement.

## CRÉMEUX!

Le fromage de chèvre ajoute de l'onctuosité à cet orzotto printanier!