

Risotto au bacon et à la courge musquée

avec flocons de piment et parmesan

Familiale

Épicée (au goût)

50 minutes



Tranches de bacon



Riz arborio



Parmesan, râpé grossièrement



Assaisonnement italien



Concentré de bouillon de poulet



Courge musquée, en cubes



Purée d'ail



Vinaigre de vin blanc



Flocons de piment



Oignon, haché



Bébés épinards

BONJOUR RIZ ARBORIO

Cultivé principalement en Italie, ce riz riche en amidon dévoile toute son onctuosité naturelle en mijotant!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 1 :

- Doux : ¼ c. à thé
- Moyen : ½ c. à thé
- Épicé : 1 c. à thé

Matériel requis

2 plaques à cuisson, cuillères à mesurer, casserole moyenne, papier parchemin, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Tranches de bacon	100 g	200 g
Riz arborio	¾ tasse	1 ½ tasse
Parmesan, râpé grossièrement	½ tasse	1 tasse
Assaisonnement italien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Concentré de bouillon de poulet	2	4
Courge musquée, en cubes	340 g	680 g
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Vinaigre de vin blanc	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Flocons de piment 🌶️	¼ c. à thé	¼ c. à thé
Oignon, haché	56 g	113 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

*Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.

Nous joindre

Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



Faire rôtir la courge

Sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, arroser la **courge** de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes) et parsemer de **¼ c. à thé de flocons de piment**. (REMARQUE : Consulter le guide pour le niveau d'épice.) **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober. Faire rôtir au **centre** du four de 22 à 25 minutes, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que la **courge** soit tendre et dorée.



Commencer le risotto

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter **2 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **oignons**. **Saler**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent. Ajouter le **riz**, l'**assaisonnement italien**, le **vinaigre** et la **purée d'ail**. Faire cuire de 1 à 2 minutes en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.



Faire cuire le bacon

Pendant que la **courge** rôtit, disposer le **bacon** en une seule couche sur une autre plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Faire cuire sur la grille du **haut** du four de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'il soit croustillant et entièrement cuit**. Réserver le **bacon** dans une assiette tapissée d'un essuie-tout.



Faire cuire le risotto

Ajouter **1 tasse de bouillon** contenu dans la casserole moyenne à la poêle contenant le **riz**. Faire cuire, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **riz** ait absorbé le **bouillon**. Poursuivre la cuisson de 30 à 35 minutes, en continuant d'ajouter le **bouillon**, **1 tasse** à la fois, et en remuant régulièrement, jusqu'à ce que le **liquide** ait été absorbé et que le **riz** soit tendre et crémeux.



Faire le bouillon

Pendant que le **bacon** cuit, mélanger **4 ½ tasses d'eau** (5 ½ tasses pour 4 personnes) et les **concentrés de bouillon** dans une casserole moyenne. Couvrir et porter à légère ébullition à feu moyen. En attendant que le **bouillon** vienne à ébullition, hacher grossièrement les **épinards**.



Terminer et servir

Baisser à feu doux lorsque la **dernière tasse de bouillon** a été absorbée et que le **riz** est tendre et crémeux. Ajouter la **courge**, les **épinards** et la **moitié** du **parmesan**. **Saler** et **poivrer**. Faire cuire pendant 1 minute, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **épinards** tombent. Émietter ou hacher grossièrement le **bacon** en bouchées. Répartir le **risotto** dans les assiettes. Parsemer du **bacon** et du **reste** du **parmesan**. Parsemer du **reste** des **flocons de piment**, au goût.

Le repas est prêt!