

4 portions
Temps de préparation : 1 heure

Ingrédients

315	g	Avoine nue*
1	l	Bouillon de champignons (ou fond blanc de volaille)
350	g	Chanterelle*
30	ml	Huile de Colza*
60	ml	Beurre*
5	g	Fleur d'ail*
85	g	Échalote française*
125	ml	Hydromel sec*
250	ml	Bouillon de champignons (ou fond blanc de volaille)
8		Feuilles de sauge*
100	g	Fromage*
		Salicorne*
		Sel et poivre
		Huile de Colza*

*Tous les produits suivis d'un astérisque sont disponibles auprès des producteurs-transformateurs-détaillants bas-laurentiens. Consultez la liste sur notre site au: saveursbsl.com.

RISOTTO d'avoine nue et chanterelles



© Jardins de Métis

Préparation

Rincer l'avoine nue. Combiner l'avoine nue et le bouillon de champignons et cuire 15 minutes dans un autocuiseur à l'intensité 1 ou laisser mijoter dans un chaudron pendant 1 heure afin que les grains soient légèrement croquants. Égoutter et réserver.

Dans une poêle, faire sauter les chanterelles à l'huile de colza. Réserver. Dans la même poêle, suer au beurre l'échalote finement hachée et la fleur d'ail. Baisser le feu à intensité moyenne, ajouter l'avoine et cuire pendant une minute en remuant.

Déglacer avec l'hydromel sec et continuer la cuisson en brassant jusqu'à ce que le liquide soit presque complètement absorbé. Ajouter la sauge hachée.

Mouiller avec 50 ml de bouillon de champignons et poursuivre la cuisson en remuant. Lorsque le bouillon est pratiquement absorbé, répéter l'opération (5 fois).

Ajouter le fromage Rayon d'or de la Fromagerie du Littoral râpé et les champignons sautés. Rectifier l'assaisonnement.

Disposer le tout dans des assiettes, garnir de quelques chanterelles, une feuille de sauge, la salicorne blanchie et un trait d'huile de colza.



Pierre-Olivier Ferry, Chef
Les Jardins de Métis
Grand Métis