

L'OMNICUISEUR Vitalité®

Facile, sain et savoureux... au quotidien !



Difficulté : facile



Pour 4/5 personnes



Durée totale : 45 min



Temps de préparation : 15 min



Temps de cuisson : 25 à 30 min

Matériel :

Vitalité 6000 et sa cocotte de base

Ingrédients :

- 250 g de riz à risotto (Arborio)
- 150 g de petits pois frais ou écossés
- 10 cl de vin blanc
- 2 volumes d'eau pour 1 volume de riz
- 1 cube de bouillon de poule ou de légumes
- 1/2 citron jaune non traité (zeste + jus)
- 2 oignons blancs nouveaux en saison ou 1 oignon blanc ou rose
- 1 bouquet garni (thym, laurier, aneth)
- 2 tranches de saumon fumé
- 200 g de saumon cru
- 30 g de beurre
- 100 g de parmesan fraîchement râpé
- 1 branche d'aneth pour la déco
- Poivre du moulin

Cuisson : 25 à 30 min

HAUT : maxi 20 min puis mini

BAS : maxi 20 min puis mini

Les temps de cuisson du Vitalité 6000 et du Vitalité 5000 sont quasi-similaires. Pour adapter le Vitalité 6000 au 4000, les quantités sont à réduire de moitié. Les temps de cuisson sont similaires. Les recettes du V4000 sont réalisables avec le V3000 car ils ont la même puissance, en revanche le plat du V3000 est légèrement plus petit.

Risotto inratable aux 2 saumons

1 Déposez le riz dans la cocotte de l'Omnicuiseur puis ajoutez l'oignon haché, les petits pois, le bouquet garni, le cube émietté, le jus du demi citron et son zeste, les 2 volumes d'eau, le vin blanc et le poivre. Mélangez.

2 Coupez le saumon cru en cubes de 2 cm et rajoutez-les dans la cocotte.

3 Mettez en cuisson cocotte fermée.

4 En fin de cuisson, ouvrez la cocotte, ajoutez le beurre, le parmesan râpé, le saumon fumé coupé en petits morceaux. Mélangez bien l'ensemble et servez sans attendre !

Remarques :

Ce risotto est d'une simplicité déconcertante. Nous sommes sur le principe du "One pot pasta" (pour les pâtes), c'est à dire tout mettre dans la cocotte, plus besoin de remuer et tout cuit en même temps ! Avec un risotto vous pouvez varier les plaisirs et remplacer le saumon par toutes sortes d'ingrédients : viande, légumes, champignons, volaille... Pour les personnes allergiques au lait de vache, vous pourrez remplacer le beurre et le parmesan par une faisselle de chèvre, c'est très bon également !

