Les épices curieuses
*Explorateurs de saveurs étonnantes*

LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

# Risotto champignons et papaye réhydratée

Ce risotto champignons papaye allie onctuosité et surprise fruitée pour un dîner convivial. Les champignons de saison dorent doucement, libérant un parfum terreux qui enlace le riz crémeux, tandis que des dés de papaye d'Afrique séchée, préalablement réhydratés, apportent en fin de cuisson une note sucrée et fondante. La texture veloutée du riz, enrichie d'un peu de beurre et de parmesan, accueille ces éclats orangés qui illuminent l'assiette à la dégustation. Parfait pour un repas en semaine ou un dîner entre amis, ce plat végétarien reste simple à préparer mais suffisamment élégant pour faire son effet. On joue sur le contraste chaud/frais en ajoutant un trait de jus de citron et des herbes fraîches, pour que chaque bouchée reste lumineuse. Suis la méthode pas à pas : le résultat est crémeux sans être lourd.

| P | T | C | D |
|---|---|---|---|
| PERSONNES | PRÉPARATION | CUISSON | DIFFICULTÉ |
| **4** | **15 min** | **30 min** | **facile** |

# Ingrédients

- 300 g de riz à risotto (Arborio ou Carnaroli)
- 300 g de champignons de saison (champignons de Paris, pleurotes ou shiitake), nettoyés et tranchés
- 1 oignon moyen, finement ciselé
- 2 gousses d'ail, écrasées
- 60 g de papaye d'Afrique séchée, coupée en petits dés
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 30 g de beurre + 20 g pour le montage (optionnel)
- 100 ml de vin blanc sec (facultatif)
- 900 ml de bouillon de légumes chaud
- 50 g de parmesan râpé (ou un substitut végétal pour une version vegan)
- 1 c. à café de zeste de citron et 1/2 jus de citron
- Sel et poivre du moulin
- Quelques brins de persil plat ou de ciboulette pour servir

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Papaye d'Afrique Séchée 100% Naturelle

Scanner pour voir le produit

# Préparation

Coupe la papaye séchée en petits dés et place-les dans un bol. Couvre d'eau tiède (ou d'un thé léger) et laisse réhydrater 10 minutes, puis égoutte et réserve le liquide si tu veux l'ajouter au bouillon pour parfumer.

Chauffe le bouillon et maintiens-le au chaud à feu doux tout au long de la cuisson.

Dans une grande poêle ou une sauteuse, chauffe l'huile d'olive et 30 g de beurre. Fais revenir l'oignon sur feu moyen jusqu'à ce qu'il devienne translucide (3–4 minutes). Ajoute l'ail et fais revenir 30 secondes sans le brûler.

Ajoute le riz et remue 1 à 2 minutes pour bien l'enrober de matière grasse et le nacrer. Verse le vin blanc si utilisé et laisse évaporer presque entièrement.

Commence à ajouter le bouillon chaud louche par louche: attends que le riz absorbe presque tout le liquide avant d'ajouter la louche suivante. Remue régulièrement pour libérer l'amidon (environ 18–20 minutes au total).

Pendant que le riz cuit, dans une autre poêle, fais sauter les champignons à feu vif avec une pincée de sel jusqu'à ce qu'ils soient dorés et que l'eau de végétation soit évaporée (6–8 minutes). Réserve.

Quand le riz est presque cuit (al dente), incorpore les champignons et les dés de papaye réhydratée. Poursuis la cuisson 1–2 minutes pour que la papaye s'assouplisse sans se dissoudre.

Hors du feu, ajoute le parmesan, le zeste et le jus de citron, et 20 g de beurre si tu utilises. Mélange vivement pour obtenir une texture crémeuse. Rectifie l'assaisonnement en sel et poivre.

Dresse le risotto immédiatement dans des assiettes creuses, parsème d'herbes fraîches ciselées et d'un dernier tour de poivre. Serre sans attendre.

## Le conseil des Épices Curieuses

Réhydrate la papaye juste avant la fin de la cuisson pour qu'elle reste fondante et fruitée. Si le risotto devient trop épais en reposant, ajoute une petite louche de bouillon chaud pour détendre la consistance.

## Les Épices Curieuses

les-epices-curieuses.com

La recette en ligne

Le produit