

Risotto d'automne au potimarron

pour 4 personnes

4 petits potimarrons (300g)

200 g riz arborio

80 cl bouillon de volaille

60 g parmesan

1 oignon

2 gousses d'ail

1 dosette de safran

15 cl vin blanc sec

Brossez les potimarrons sous l'eau, coupez les chapeaux et ôtez les graines

Mettez au four 180° pour 30mn

Faites fondre l'oignon et l'ail hachés dans 40g beurre chaud dans une sauteuse.

Ajoutez le riz, remuez 1mn.

Versez 15cl vin blanc puis laissez-le s'évaporer. Salez, poivrez

Chauffez le bouillon avec le safran. Versez-en une louche sur le riz, remuez de temps à autre et laissez presque s'évaporer le liquide avant d'en ajouter à nouveau.

Le riz cuit au bout de 18 mn environ.

Sortez les potimarrons du four. Avec une cuillère, creusez un peu la chair. Ecrasez-la et mélangez avec le riz. Incorporez le parmesan

Répartissez le risotto dans les potimarrons, replacez les chapeaux et terminez la cuisson au four 15mn