

Risotto d'orge perlé aux champignons, petits pois et pointes d'asperge



Inspiré par le "super cheap supper" du magazine Delicious

Pour 2 goinfres
Compter 1 heure

1 ou 2 csoupe huile olive + 1 ccafé + 1 ou 2 csoupe (soit en gros 4 csoupe)
1 oignon
200g orge perlé
1 l bouillon de volaille ou légumes
1 poignée petits pois surgelés
600g champignons (une barquette de champignons mélangés. J'avais des pleurottes, des rosés et des champignons de Paris, je voulais aussi des shiitake mais je n'en ai pas trouvés)
20 pointes d'asperge
environ 30g parmesan
Quelques brins d'herbes fraîches : persil, cerfeuil et basilic pour moi, c'est tout ce que j'ai trouvé sur la terrasse...
QS sel, poivre

Mettre le bouillon à bouillir. Réserver 2 csoupe pour les asperges.
Peler et hacher l'oignon.

Dans une grande sauteuse, chauffer l'huile d'olive sur feu doux et faire fondre l'oignon quelques minutes sans coloration.

Pendant ce temps, préparer d'abord les asperges puis les champignons.

Ajouter l'orge dans la sauteuse et remuer 2 ou 3 minutes pour bien enrober, puis ajouter le bouillon louche par louche en remuant constamment comme pour un risotto "normal". On n'ajoute jamais de bouillon tant que la louche précédente n'a pas été totalement absorbée.

En même temps, finir de préparer les champignons, ciseler les herbes et cuire les asperges. Chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle anti-adhésive et y faire dorer les asperges. Quand elles sont bien dorées tester la cuisson de la pointe d'un couteau. Si elles sont cuites, couper le gaz et poser un couvercle sur la poêle. Sinon, ajouter le bouillon réservé au début, placer un couvercle puis couper le gaz et oublier jusqu'au moment de dresser.

Au bout d'environ 45 à 50 minutes, l'orge est tendre mais ferme, tout le bouillon est absorbé (s'il en manque un peu, ajouter simplement un peu d'eau bouillante et faire absorber).



Couper le gaz, poser les petits pois encore gelés à la surface et poser un couvercle dessus, laisser reposer ainsi le temps de cuire les champignons.

Dans une sauteuse anti adhésive, chauffer à feu très vif 1 ou 2 csoupe d'huile d'olive. Y faire sauter les champignons jusqu'à légère coloration puis assaisonner.

Mélanger le riz et les petits pois, ajouter les champignons, réserver 4 pointes d'asperge et mélanger le reste, goûter, rectifier l'assaisonnement.

Répartir dans les assiettes, disposer les pointes réservées et râper du parmesan directement sur les assiettes.

Décorer des herbes ciselées.