



# RISOTTO de MORUE au PARMESAN

Recette de Redouane MANSOURI - chef du « Blue Pearl » à Villeneuve Loubet

## Ingrédients pour 4 personnes :

- Bouillon de légumes avec les restes des légumes (ail, oignons, carottes, courgettes, céleri, poireaux et leurs épiluchures, romarin et persil sel et poivre)
- chutes de morue dessalée (ou autre poisson, ex saumon fumé)
- riz rond à risotto
- lait
- huile
- piment d'Espelette
- parmesan râpé

## Réalisation :

### *-Etape 1 :*



Préparer le bouillon avec les restes des légumes utilisés pour la recette précédente (« Tartare de légumes croquants au lard Colonnata ») et réserver.

Faire revenir les chutes de morue dans une poêle avec de l'ail émincé et en fin de cuisson accompagner avec de la crème fouettée.

### *- Etape 2 :*



Faire revenir le riz dans l'huile puis ajouter le bouillon de légumes petit à petit.

Rajouter du lait en fin de cuisson et du parmesan râpé.

Dresser le risotto en dôme au centre d'une assiette creuse, accompagner des morceaux de morue. Assaisonner selon votre goût.

## Astuces 0 déchets

Râper des croustes de parmesan sur le risotto ou les pâtes. Chips aux épiluchures de pommes de terre et aux croustes de fromage (au four). Racines de poireaux en tempura.