



# RISOTTO AUX CHAMPIGNONS ET AU CANARD CONFIT



AVEC ROQUETTE

WWW.BOITERECETTE.COOP



Temps de préparation et de cuisson  
60-70 minutes

## INGRÉDIENTS INCLUS



Cuisses de canard confites  
(Plaisirs Gastronomiques)



Riz calrose



Champignons blancs



Vin blanc  
(L'Auberge)



Poudre de shiitakes  
(Dion)



Bouillon concentré de bœuf



Oignon



Parmesan reggiano



Roquette  
(Attitude)

## INGRÉDIENTS NON-INCLUS



Huile



Sel et poivre



Lait



Beurre

## MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Planche & couteau  
Casserole  
Plat de cuisson  
Grande poêle

Calories 550	Lipides 14g	Lipides saturés 6g	Lipides trans 0.1g	Cholestérol 155 mg	Sodium 860 mg	Glucides 60 g	Fibres 2 g	Sucres 5 g	Protéines 46 g	Vit A —	Vit C —	Calcium —	Fer —
VQ %	22 %	28 %		51 %	36 %	20 %	10 %	—	—	8 %	15 %	25 %	25 %

\* Lorsque vous voyez ce petit signe ⓘ doubler pour 4 portions, tripler pour 6 portions



### Mise en place

1

- Préchauffer le four à 375°F.
- Trancher les **champignons** et réserver.
- Émincer l'**oignon** et réserver.
- Verser 3.5 tasses (875 ml) ⓘ d'**eau** dans une casserole et porter à ébullition.
- Réduire le feu au plus bas pour garder au chaud. *Ne pas ajouter le bouillon concentré de bœuf dans l'eau, car il se peut que vous n'ayez pas besoin de toute la quantité d'eau calculée.*



### Réchauffer le canard

2

- Déposer les **cuisse de canard confites** dans un plat allant au four, couvrir et chauffer pendant 20 minutes.
- Une fois chaud, effiloche la **viande** pendant la cuisson du **risotto**.
- Éteindre le four et réserver le **canard effiloché** à l'intérieur pour garder au chaud. *Pendant la cuisson, passer à l'étape suivante.*



### Cuire les champignons

3

- Dans une grande poêle à fond épais (ou une casserole à fond épais pour 4 et 6 portions), chauffer un filet d'**huile** ou du **beurre** à feu moyen-vif.
- Ajouter les **champignons** et cuire jusqu'à tendreté.
- **Saler, poivrer** et réserver dans un bol.



### Cuire le risotto

4

- Dans la même poêle, faire fondre une noix de **beurre** à feu moyen.
- Ajouter l'**oignon** et cuire jusqu'à tendreté.
- Ajouter le **riz calrose** et brasser pour enrober de gras jusqu'à ce qu'il devienne translucide, soit pendant environ 2 minutes.
- Ajouter le **vin blanc** et laisser le **riz** l'absorber.



### Cuire le risotto (suite)

5

- Ajuster la température du feu pour obtenir un léger bouillonnement tout au long de la cuisson. Ajouter une louche d'**eau chaude** pour couvrir le **riz**.
- Laisser le **riz** l'absorber en brassant constamment.
- Répéter en ajoutant une ou deux louches d'**eau** à la fois dès que la quantité précédente est absorbée.
- Cuire jusqu'à ce que le **riz** soit tendre sous la dent.



### Terminer et servir

6

- Une fois le **riz** prêt, ajouter le **bouillon concentré de bœuf**, la **poudre de shiitakes**, les **champignons cuits**, le **parmesan**, du **beurre** au goût et du **lait** au goût (environ 1/4 de tasse ⓘ).
- Remettre sur le feu doux pendant 2 à 3 minutes et mélanger pour incorporer. **Saler** au goût.
- Portionner le **risotto** dans des assiettes creuses.
- Ajouter une portion de **roquette** et le **canard effiloché** sur le dessus.
- Ajouter du **poivre** du moulin. Servir immédiatement. Bon appétit!