

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)



RISOTTO AUX FRUITS DE MER

ACCOMPAGNÉ DE SON IGP CÔTES DE CASCOGNE COLOMBELLE

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)
et la suggestion d'accompagnement de votre caviste Nicolas

NICOLAS



L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Préparation : 2h

Cuisson : 25 min

Niveau : Facile

Budget : Moyen

POUR 8 PERSONNES

- Vin blanc : 10cl
- Cognac : 5cl
- Fumet déshydraté : 25g
- Huile d'arachide : 10cl
- Thym . Laurier : 1 botte
- Sel fin . poivre moulu
- Trompettes de la mort : 100g
- Riz rond : 400g
- Echalotes . Carottes : 100g
- Oignon : 1/2
- Cerfeuil : 1/2 botte
- Bouquet Garni : 1 pièce
- Estragon . Basilic : 1/4 botte
- Beurre : 20g
- Parmesan : 80g
- Moules . Coques : 200g
- Langoustines : 300g
- Etrilles : 500g
- St jacques en coquille : 2kg

- Pocher les langoustines (décors). Décortiquer à cru les langoustines (garniture).
- Vérifier les fruits de mer. réserver au frais.
- Réaliser un fumet de crustacés (cuisson 1 heure).
- Ciseler les échalotes finement et les oignons.
- Ouvrir les coquilles St jacques. Effeuilier le basilic, le cerfeuil et l'estragon, réserver les tiges pour le fumet.
- Tremper à l'eau tiède les champignons déshydratés.
- Cuire à la marinère les coquillages ; réserver les jus de cuissons et ajouter au fumet de crustacés.
- Sauter les champignons avec des échalotes.
- Marquer en cuisson le riz. Suer les oignons, nacrer le riz rond et mouiller avec 1 volume de fumet de crustacés. Remuer pendant la cuisson jusqu'à complète absorption du liquide (renouveler l'opération 2 fois). Vérifier la cuisson du riz, rectifier l'assaisonnement ajouter le basilic ciselé, le parmesan et du beurre.
- Remettre en température les coquillages dans le fumet de crustacés. Sauter les langoustines et les St jacques.
- Réaliser la sauce. Dresser et envoyer bien chaud.



Imprimé sur papier **PERC**, issu des forêts gérées durablement

LA SUGGESTION DU CAVISTE COLOMBELLE CŒUR DE GASCOGNE L'ORIGINAL 2016

IGP CÔTES DE GASCOGNE
Joli nez d'agrumes,
de fruits de la passion
avec une pointe florale.

Pourquoi cette alliance ?
Sa bouche désaltérante
et d'une grande légèreté
se marie idéalement aux
saveurs iodées de ce plat.

Retrouvez toutes les recettes
de Nicolas sur **recettes.**
nicolas.com



Le petit plus de...

Léo Giorgis apprenti en première année de BTS Option B Génie Culinaire et arts de la table (EPMT).

« Nacrer le riz permet de bien faire éclater les grains pour une meilleure absorption du fumet de poisson. Remuer et surveiller sans cesse du début à la fin de la cuisson à feu moyen. »