

Risotto de petit épeautre aux cèpes

Temps préparation: 10 min

Temps de cuisson: 25 min

4 personnes

Ingrédients:

100g de crème liquide

160g petit épeautre

1 oignon

8cl e vin blanc

1/4l de bouillon de volaille ou légumes

20g artison de pays râpé

2 noisettes de beurre

Sel/poivre

Huile

Champignons du moment

Ciboulette

Emincer l'oignon, et le faire colorer dans une poêle. Ajouter le petit épeautre puis verser le vin blanc. Laisser réduire au 3/4 sur feu vif. Remuer et ajouter le bouillon chaud petit à petit.

Cuire doucement en remuant de temps en temps. Assaisonner au bout de 20 minutes puis ajouter le beurre, crème et artison râpé.

Pendant ce temps réaliser une poêlée de champignons.

Mélanger les 2 préparations