

Risotto aux Asperges & Picatta de Veau à la Crème

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- RIZ ROND (POUR RISSOTTO)	1 tasse
- BOUILLON DE VOLAILLE	600 ml (1 cube)
- ASPERGE(S)	500g vertes
- OIGNON(S)	1 petit
- PARMESAN RAPE	1 c à soupe
- ESCALOPE(S) DE VEAU	400 - 600g
- CRÈME FRAICHE	25 cl
- MOUTARDE	1 c à café
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Pelez les asperges et coupez le pied dur.
- Faites-les cuire 3 minutes au micro-onde sous un film alimentaire. Coupez les pointes et réservez-les. Coupez le reste des asperges en petits tronçons de 3 mm. Réservez.
- Emincez finement l'oignon.
- Faites-le revenir dans une grande poêle (avec couvercle) puis versez le riz. Remuez jusqu'à ce qu'il devienne transparent puis commencez à mouiller avec le bouillon. Baissez le feu. Couvrez et remuez de temps en temps. Poursuivez la cuisson du risotto en ajoutant le bouillon petit à petit.
- En fin de cuisson, incorporez les rondelles d'asperges. Salez et poivrez. Puis, hors du feu, incorporez le parmesan.
- D'un autre côté, faites revenir vos picattas de veau. Salez et poivrez. Réservez sur une assiette.
- Déglacez la poêle avec la crème puis ajoutez la moutarde, sel et poivre. Laissez épaissir un peu. Replacez la viande de veau dans la sauce juste avant de servir.
- Réchauffez un peu les pointes d'asperge au micro-onde.
- Servez le risotto avec ses pointes et le veau nappé de sauce crème.

