

Risotto aux Légumes et Minis Boulettes d'Agneau

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 h 30 min

Ingrédients:

- GIGOT D'AGNEAU	450g en tranches
- OEUF(S)	1
- CHAPELURE	
- FARINE	2 c à soupe
- COURGETTE(S)	1
- POIREAUX ENTIERS	1
- CAROTTE(S)	3-4
- TOMATE(S)	1
- AIL EN POUDRE	
- CIBOULETTE	
- PIMENT DE CAYENNE	1 pincée
- OIGNON(S) ROUGE(S)	1
- RIZ ROND (POUR RISSOTTO)	350g
- BOUILLON DE POULE	1 litre (2 cubes)
- CRÈME FRAICHE	2 c à soupe
- BEURRE DE CUISSON	
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Coupez le gigot en morceaux et passez-les au hachoir à viande (assez fin).
- Ajoutez l'œuf, sel, poivre et ail. Mélangez et incorporez la chapelure afin d'obtenir la texture voulue.
- Formez des petites boulettes (2 cm de diamètre) et roulez-les dans la farine.
- Faites-les revenir dans du beurre chaud en les faisant griller sur toutes les faces. Réservez.
- Emincez l'oignon rouge.
- Râpez les carottes (pas trop fin), émincez le poireau et coupez la courgette en dés (ou petites frites) ainsi que la tomate.
- Faites étuver les courgettes et le poireau dans du beurre. Ajoutez les carottes et la tomate. Salez, poivrez et ajoutez de l'ail. Laissez étuver doucement 10 minutes. Réservez sur une assiette.
- Dans la même poêle, faites revenir l'oignon dans du beurre chaud. Ajoutez le riz et remuez jusqu'à ce qu'il devienne translucide.
- Versez alors 500 ml de bouillon, laissez bouillir puis baissez le feu et couvrez.
- Remuez au bout de 5 minutes. Incorporez les légumes précuits.
- Ajoutez petit à petit le reste de bouillon.
- En fin de cuisson, ajoutez la crème, les boulettes d'agneau cuites, de la ciboulette et rectifiez l'assaisonnement.
- Servez dès que les boulettes sont chaudes.