

Risotto aux champignons et filets de caille poêlés

Préparation : 25 mn

Cuisson : 40 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

12 filets de caille (ou 3 cailles dont vous prendrez cuisses et filets)

200 g de champignons de Paris

200 g de trompettes de la mort

2 échalotes

1 gousse d'ail

1/2 citron

300 g de riz à risotto (arborio ou carneroli)

75 g de parmesan

70 g de beurre

2 grosses c à s de mascarpone

1 l de bouillon de volaille chaud

2 c à s d'huile d'olive

Sel et poivre du moulin

Nettoyer les trompettes de la mort ainsi que les champignons de Paris, les couper en quartiers, les poêler dans 1 c à s d'huile d'olive et 20 g de beurre à feu vif. Saler et poivrer et les citronner.

Dans une cocotte faire fondre 30 g de beurre et y faire revenir les échalotes et l'ail pelés et hachés. Verser le riz et mélanger jusqu'à ce que les grains soient translucides.. Verser une louche de bouillon sur le riz, remuer jusqu'à complète absorption du liquide puis ajouter le bouillon louche par louche de la même manière en remuant sans cesse. La cuisson dure environ 18 mn.

Pendant ce temps poêler les filets de caille 2 mn sur chaque face dans le reste d'huile et de beurre. Les assaisonner.

Une fois le riz cuit, incorporer le mascarpone et le parmesan fraîchement râpé dans le risotto. Remuer et servir chaud dans des assiettes avec les filets de caille et les champignons.

Vin conseillé : un Pinot noir d'Alsace

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>