

# RISOTTO DE SCAMPIS AVEC CRUMBLE DE PISTACHES

## INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

32 scampis décortiquées

240g riz pour risotto

1 choufleur

2 échalotes

1 gousse d'ail

1 c.à.s. huile d'olive

50g parmesan râpé

25g noix de pistaches non salés

1,5l bouillon de légumes

100ml vin blanc

## PRÉPARATION

Pelez les scampis et nettoyez-les. Hachez les noix de pistaches et grillez-les dans une poêle non adhésive. Mettez de côté.

Nettoyez le choufleur et coupez-le en petits bouquets. Blancher le choufleur dans le bouillon et mettez de côté.

Nettoyez et hachez l'échalote et l'ail. Dorez l'échalote et l'ail dans l'huile d'olive. Ajoutez le riz et ensuite le vin. Si le riz a quasiment absorbé le vin, ajoutez le bouillon à fur et à mesure. Mélangez bien tout le temps et continuez à ajouter du bouillon jusqu'à ce que le riz est al dente.

A la fin, ajoutez le choufleur et le parmesan.

## VALEUR CALORIQUE POUR 1 PERSONNE

591 Kcal

# **BON APPÉTIT !**