DENNER

Menu de fête pour végétariens: risotto à la betterave rouge avec crème au raifort et chips de betterave rouge



Pendant les jours de fête, la plupart des ménages suisses servent des morceaux de viande noble. Mais que peut-on servir aux hôtes végétariens? Un risotto riche en saveur et en couleur par exemple…

En 2016, nous avons passé quelques jours de repos dans l'hôtel historique «Victoria Jungfrau» d'Interlaken et avons surtout mangé dans le restaurant «Sapori» de la maison pour des raisons de confort et parce que l'étiquette y était moins sévère. Le premier soir, lorsque nous avons goûté le risotto à la betterave rouge avec du fromage frais de chèvre, nous étions absolument époustouflés! Il était d'une couleur rouge intense et son goût était doux – incroyable! Comme d'habitude, lorsqu'un plat m'enthousiasme, je le copie plus tard à la maison et crée ma propre version.

Vu que ce risotto est non seulement bon, mais que son aspect est aussi éclatant, je pense qu'il est parfaitement adapté pour les fêtes. La tache blanche de crème au raifort ou de fromage frais de chèvre forme un contraste intéressant, et la ou les chips (suivant les goûts) couronnent l'aspect et la consistance.

Au fait, la betterave rouge, ainsi que le céleri, vit actuellement un vrai renouveau. Manger des légumes du pays est sain et écologique.

- 400 g de riz pour risotto
- 450 g de betteraves rouges cuites, pelées et râpées finement
- 2 dl de jus de betterave (optionnel, seulement pour rendre la couleur rouge plus intense)
- 3 dl de vin rouge
- 1 gros oignon émincé
- 1 gousse d'ail, pressé
- 70 g de parmesan râpé
- 15 g de beurre
- Env. 1,5 l de bouillon de légumes
- Un peu d'huile d'olive

- 1 raifort
- Un peu de crème fouettée

- Un peu de crème fraîche
- Un peu de sel
- A la place de la crème au raifort, on peut aussi garnir le risotto avec un peu de fromage frais de chèvre (par ex. Chavroux)

- 1 betterave rouge crue, pelée
- Un peu d'huile d'olive
- Sel aux herbes et poivre de Cayenne

1. Faites revenir les oignons dans un peu d'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient translucides.
2. Ajoutez le riz pour risotto et l'ail pressé et faites-les revenir rapidement.
3. Déglacez avec le vin, puis faites-le bouillir un court moment.
4. Ajoutez les betteraves râpées, remuez, puis ajoutez un peu de bouillon (important: toujours chaud ou bouillant!).
5. Laissez cuire le risotto à feu moyen, remuez régulièrement et rajoutez du bouillon lorsqu'il devient trop sec.
6. Si le risotto n'obtient pas la couleur intense souhaitée, car elle peut varier en fonction des tubercules, vous pouvez ajouter un peu de jus de betterave pendant la cuisson.
7. Lorsque le risotto a atteint la consistance souhaitée, ajoutez le beurre et le parmesan, puis assaisonnez avec du sel et du poivre.

Temps de préparation: environ 40 minutes

1. Mélangez la même proportion de crème fraîche et de crème fouettée. Ajoutez le raifort râpé (la quantité dépend de l'intensité souhaitée), puis ajoutez un peu de sel.

1. Préchauffez le four à 160 °C.
2. Râpez la betterave rouge pelée en tranches pas trop fines (sinon elles brûlent).
3. Dans une jatte, mélangez les tranches avec un peu d'huile d'olive, du sel et du poivre de Cayenne.
4. Posez les tranches sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, puis cuisez-les pendant 35 minutes au four.
5. Laissez refroidir les chips.