



# Risotto aux asperges et menthe



4 personnes



45 minutes

## Ingrédients

---

500 g d'asperges vertes  
90 cl de bouillon de légumes ou  
de volaille  
1 bouquet de feuilles de menthe  
fraîche  
40 g de beurre  
1 gousse d'ail hachée finement  
1 oignon haché  
300 g de riz pour risotto  
10 cl de vin blanc sec  
80 g de parmesan râpé  
sel et poivre

Retrouvez toutes  
nos recettes :



## Préparation

---

1. Casser les bases ligneuses des asperges vertes et les peler légèrement. Les plonger dans une casserole remplie d'eau bouillante salée et faire cuire 5 minutes. Rafraîchir les asperges immédiatement pour conserver leur vert éclatant. Déposer sur du papier absorbant puis les couper en tronçons. Réserver les pointes.
2. Mixer les tiges d'asperges avec 4 feuilles de menthe. Saler et poivrer. Ciseler le reste de la menthe.
3. Dans une grande casserole à fond épais, faire fondre le beurre à feu moyen et y ajouter l'ail, l'oignon et le riz. Laisser cuire 3 minutes et déglacer avec le vin blanc.
4. Ajoutez peu à peu le bouillon chaud au riz en mélangeant constamment. Laisser le riz absorber le liquide entre chaque ajout.
5. Lorsque votre riz à risotto est cuit, ajoutez hors du feu la purée d'asperges, le parmesan râpé, et le reste de la menthe.
6. Goûter et rectifier l'assaisonnement au besoin.
7. Garnir avec les pointes d'asperges, de feuilles de menthe et de copeaux de parmesan.