

# RISOTTO SAUMON, CAROTTES, COURGETTES

Recette proposée par Sanberthejo



---

**Préparation :** 15 min - **Repos :** - - **Cuisson :** 30 min - **Matériel :** -

---

**Ingrédients :** 4 personnes

- 1 Oignon - 100 gr de carottes - 100 gr de courgettes - 200 gr de saumon frais - 200 gr de riz à risotto
  - 1 C à S de moutarde - 1 C à S de crème fraîche - 1 C à S de fumet de poisson - 100 gr de parmesan (facultatif)
- 

1. Dans le bol, mettre 100 ml d'eau, le fumet de poisson, la moutarde, la crème fraîche, progr EXPERT 20 sec, vit 14, sans chauffer, réserver.

2. Couper l'oignon en 4 et le mixer, 15 sec, vit 14, sans chauffer. Rabattre.

3. Ajouter le riz, 400 ml d'eau, les carottes coupées en dès, saler, poivrer. Prog 2A, 100mn, 100°.

4. Ajouter le saumon et les courgettes coupés en dès puis la sauce faite au préalable. Prog 2A, 15mn, 100°.

5. A la fin du programme, si nécessaire, ajouter le reste d'eau et remettre 5mn.

6. Ajouter le parmesan et relancer 2mn pour mélanger.

**Astuce du chef :**

La quantité d'eau varie selon si vous préférez un risotto plus ou moins liquide.

Les recettes des internautes ne sont pas retestées par Magimix.

Auteur : Sanberthejo