

Risotto de Petit Epeautre de Haute-Provence

Pour 6 personnes.

Dans un fait-tout, faire bien dorer dans un peu d'huile, 2 oignons émincés et 400g de Petit Epeautre. Ajouter 1kg de tomates pelées, 1 litre et demi d'eau, sel, poivre et bouquet garni.

Laisser cuire 1/2 heure à feu doux puis ajouter 100g de lardons, 3 carottes, 1 gros poireau, 2 gousses d'ail coupées en petits cubes.

Laisser mijoter encore 1 heure en remuant de temps en temps.

Risotto de petit épeautre au lard croustillant

Pour 4 portions moyennes :

1,5 lt de bon bouillon

250 gr de petit épeautre de Haute Provence

2 c. à soupe d'huile d'olive

1 petit oignon

1 petite carotte

1 petite côte de céleri

1 verre de vin blanc sec

1 pincée de pistils de safran

4 c. à soupe de Parmesan (fac.)

30 gr de beurre

Persil

Lard (possiblement de noir de Bigorre) : une ou deux tranches par personne Préparer 1,5 lt de bouillon (par exemple avec des épluchures de carottes et poireaux, une côte de céleri, une tranche de lard, bouquet garni, poivre en grains). Dans ce bouillon faire cuire 25 minutes le petit épeautre. Hacher oignon, carotte et céleri et les faire revenir dans l'huile d'olive. Rajouter le petit épeautre bien égoutté et laisser nacrer le tout quelques minutes. Ajouter le vin, laisser évaporer, ajouter le bouillon (en réserver un demi-verre) et cuire jusqu'à ce que l'épeautre ait tout absorbé (environs 30 minutes ou plus) en remuant de temps en temps. L'épeautre doit être croustillant à l'extérieur et moelleux à l'intérieur.

Entretemps ciseler le persil, râper le parmesan et couper le beurre en cubes. Puis, quand l'épeautre est presque prêt. Chauffer le safran dans une cuiller à l'aide d'un briquet. L'émietter dans une feuille de papier pliée en deux. Le dissoudre dans le demi-verre de bouillon.

Verser le bouillon safrané, le parmesan et le beurre. Mélanger hors du feu et couvrir.

Griller rapidement le lard. Servir le risotto parsemé de persil et avec le lard par-dessus