

# Risotto à la sauge

(pour 2 personnes)



## Ingédients :

1 cuillère à soupe de beurre de cuisson

1 petit oignon

2 gousses d'ail

200 g de risotto

1 à 2 dl de vin blanc

env. 1 l de bouillon

Poivre du moulin

10 feuilles de sauge fraîches

30 g de parmesan râpé

## Préparation :

Hachez finement l'oignon. Épluchez l'oignon et coupez-le en quatre.

Faites chauffer le beurre. Faites revenir l'oignon et l'ail. Ajoutez le riz et faites revenir jusqu'à ce qu'il soit luisant en mélangeant sans cesse. Délayez avec du vin blanc (éventuellement avec du vin rouge) et laissez évaporer.

Ajoutez peu à peu le bouillon, le riz ne doit pas flotter. Laissez cuire environ 25 minutes jusqu'à ce que le risotto soit « al dente ». Ajoutez éventuellement du poivre.

Retirez la poêle du feu. Coupez les feuilles de sauge en fines lamelles, saupoudrez le risotto de parmesan, laissez reposer 5 minutes. Mélangez soigneusement les feuilles de sauge et le parmesan, puis servez le plat.

Cette recette nous vient d'Isabelle Rvfli.

Vous trouverez d'autres recettes saines sur [www.avogel.ch](http://www.avogel.ch).

