



Risotto de patate douce

Une très bonne recette !! Riche en glucide certes, mais après une bonne séance à déguster sans scrupules !!!



Ingrédients pour 4 personnes

4 tranches de pancetta	1 gousse d'ail hachée
1 patate douce	280g de riz rond
2 cs d'huile de coco	12 cl de vin blanc
125g de mascarpone	50g de parmesan
1 l de bouillon de poulet	Qlq brin de ciboulette
1 oignon haché finement	Sel - poivre

Préparation

- Faire légèrement griller au four les tranches de pancetta et réserver.
- Eplucher et couper la patate douce. Mettre à cuire dans une casserole d'eau pendant 20 min. Egoutter puis écraser en purée en ajoutant le mascarpone. Salez poivrer et réserver.
- Faire chauffer 1 L d'eau et faire fondre le bouillon. Laisser sur feu doux.
- Dans une sauteuse, faire fondre l'huile de coco et ajouter l'oignon et l'ail haché. Ajouter le riz et mélanger.
- Ajouter le vin blanc et laisser réduire.
- Ajouter le bouillon petit à petit en remuant régulièrement. Recommencer jusqu'à épuisement du bouillon.
- Ajouter la purée de patate douce puis le parmesan. Servir avec la pancetta.