



BLÉSOTTO AU BLÉ EBLY® ET CHAMPIGNONS
RECETTE

BLÉSOTTO AU BLÉ EBLY® ET CHAMPIGNONS



TEMPS 40 min
INGRÉDIENTS 9 ingrédients
FAIT POUR 4 personnes

INGRÉDIENTS

- 300 g de Blé EBLY®
- 200 g de champignons de Paris
- 50 cl de bouillon de légumes
- 1 oignon haché
- 25 g de beurre
- 15 cl de vin blanc sec
- 80 g de parmesan râpé
- Sel
- Poivre

ÉTAPES DE CUISSON

1. Coupez les champignons en grosses lamelles. Réservez.
2. Faites revenir l'oignon haché dans une grande casserole avec le beurre. Quand l'oignon est translucide, ajoutez le blé EBLY®, et faites-le cuire quelques secondes en remuant, puis déglacez avec le vin blanc. Remuez de nouveau.
3. Une fois que le vin blanc s'est presque évaporé, ajoutez une louche de bouillon de légumes tout en remuant pour que le blé ne s'accroche pas au fond de la casserole. Salez et poivrez.
4. Ajoutez les champignons. Ajoutez ainsi de suite le bouillon, louche après louche jusqu'à la fin de la cuisson du blé (environ 15 min).
5. En fin de cuisson ajoutez le parmesan râpé. Couvrez, et laissez reposer 10 min avant de servir.

Vous aimerez Aussi



PILAF DE CEREALES & LENTILLES EBLY®, CREVETTES & ASPERGES

Temps de cuisson

30 min

Ingrédients

8 ingrédients



RISOTTO AU BLÉ EBLY®, ASPERGES VERTES ET COPPA

Temps de cuisson

35 min

Ingrédients

8 ingrédients



RISOTTO PRINTANIER AU QUINOA ET LENTILLES EBLY®

Temps de cuisson

75 min

Ingrédients

12 ingrédients

Source URL: <https://www.ebly.fr/nos-recettes/blesotto-au-ble-ebly-et-champignons>