



Riz à la Courge Butternut

Recette Visuelle
par DAREBEE

@ darebee.fr

1 tasse ~ 200g de riz
1 entière ~ 500g de courge butternut
1 oignon

AMÉLIORER : Ajouter des canneberges
séchées et des noix.

2 PORTIONS

INSTRUCTIONS

1. Rincer le riz à l'eau claire.
2. Transférer le riz dans une casserole. Couvrir avec le double de son volume d'eau, assaisonner à son goût et remuer une fois. Porter l'eau à ébullition puis baisser le feu à doux. Laisser mijoter à couvert jusqu'à ce que toute l'eau soit complètement absorbée. Cela prendra ~ 20 minutes pour le riz blanc ; ~ 35 minutes pour le riz brun.
3. Dans une casserole, mettre la courge butternut pelée et coupée en dés et l'oignon coupé. Ajouter ½ tasse d'eau et porter à ébullition. Faire sauter pendant 10 minutes ou jusqu'à ce que la courge soit complètement ramollie et que toute l'eau soit évaporée.
4. Ajouter le riz cuit, assaisonner à sa convenance et mélanger. Cuire encore 2 minutes en remuant de temps en temps.
5. Transférer le tout dans une assiette.
6. Garnir de canneberges séchées, de noix et de persil frais.

