

Riz Pilaf aux Petits Légumes et Curcuma : La Recette Inratable

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 250g de riz basmati ou thaï
- 1 oignon jaune émincé finement
- 1 carotte coupée en petits dés
- 1 courgette coupée en petits dés
- 1 cuillère à café de curcuma en poudre
- 500ml de bouillon de légumes chaud
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre du moulin

Étapes de préparation

- Faites revenir l'oignon dans l'huile d'olive dans une sauteuse jusqu'à ce qu'il soit translucide.
- Ajoutez les dés de carotte et de courgette, puis faites sauter le tout pendant 5 minutes à feu moyen.
- Versez le riz dans la sauteuse et mélangez pendant 2 minutes jusqu'à ce que les grains deviennent légèrement nacrés.
- Saupoudrez le curcuma et mélangez bien pour enrober uniformément les grains de riz.
- Versez le bouillon chaud, couvrez hermétiquement et laissez cuire à feu très doux pendant 12 à 15 minutes, jusqu'à absorption totale du liquide.
- Retirez du feu, laissez reposer 5 minutes à couvert, puis égrenez délicatement le riz à l'aide d'une fourchette.

Les astuces pour un accompagnement parfait

- Pour un riz plus aérien, rincez-le à l'eau froide avant la cuisson jusqu'à ce que l'eau soit claire.
- Ajoutez une poignée de petits pois surgelés en même temps que le bouillon pour une touche de couleur supplémentaire.
- Servez avec un filet de jus de citron frais ou quelques feuilles de coriandre ciselées pour rehausser les saveurs du curcuma.
- Ce riz se marie idéalement avec des viandes blanches grillées, des poissons en papillote ou des brochettes de tofu.