

Les Arancinis (spécialités culinaires de Sicile)

GregRosny



“ Les Arancinis ”

Mais qu'est ce ?

Ils se présentent sous la forme d'une boule de riz, d'un diamètre de 8 à 10 centimètres farcie de « ragù » (viande bovine cuite à l'étouffée avec de la sauce tomate) et de petits pois. Traditionnellement, les arancini sont confectionnés avec le riz restant d'un risotto de la veille.

Le nom vient de leur couleur et de leur forme, rappelant celles d'une orange (*arancia* signifiant orange en italien et *arancini* littéralement petites oranges en sicilien).

Je coupe les oignons

Pelez et émincez finement l'oignon. Dans une sauteuse, faites fondre l'oignon 3 minutes à feu moyen avec l'huile d'olive. Ajoutez le riz et laissez le nacrer 2 à 3 minutes en remuant.

J'incorpore mon bouillon

Versez 1 louche de bouillon et mélangez. lorsqu'elle est totalement évaporée, versez le reste du bouillon louche par louche : comptez environ 25 minutes de cuisson à feu doux.

Ajoutez le parmesan et le safran. Salez légèrement et poivrez. Laissez reposer le risotto une nuit au réfrigérateur.



La garniture

Le lendemain, coupez le poulet grillé en dés. Formez des boules de risotto de la taille d'un œuf et insérez quelques dés de poulet à l'intérieur. Roulez les boules dans l'œuf battu puis dans la chapelure.

Je cuir

Faites chauffer l'huile de friture à 180°C puis plongez les boules de riz 3 à 4 minutes jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Égouttez-les sur du papier absorbant. Servez aussitôt.



Démo du Samedi 11 Octobre 2014

Arancini

Ingredients

400g de risotto (carnaroli) * 1 Oignon
40g de parmesan fraîchement râpé *
1 cuillère de safran ou de "safran" * 2
cl de bouillon de légumes chaud * 2
cuillères à soupe d'huile d'olive * sel
poivre * 400g de poulet grillé * 1 œuf
* facultatif.

Ustensiles

1 sauteuse * 1 casserole * 2 spatules * 1 louche * 1 râpe * bac à débarrasser * 1 couteau d'office * 1 rouleau à pâtisserie * 1 planche * 1 pince à bouillotte * 1 tige * 1 thermomètre * papier absorbant.

Préparation

- 1 Faire et déglacer brièvement l'oignon. Dans une sauteuse, faites fondre l'oignon 3 minutes à feu moyen avec l'huile d'olive. Ajoutez le sel et laissez le risotto 2 à 3 minutes en remuant.
- 2 Versez 1 louche de bouillon et mélangez lorsque "le riz est totalement évaporé", versez le reste du bouillon louche par louche - comptez environ 25 minutes de cuisson à feu doux. Ajoutez le parmesan et le safran. Salez légèrement et poivrez. Laissez reposer le risotto une nuit au réfrigérateur.
- 3 Le lendemain, coupez le poulet grillé en dés. Formez des boules de risotto de la taille d'un œuf et mélangez quelques dés de poulet à l'intérieur. Roulez les boules dans l'œuf battu puis



Pour dénicher les dernières idées et rencontrer les passionnés, rendez vous sur zodiosphere.fr