

Riz long grain infusé au safran – Fiche recette professionnelle (8 portions)

Ingrédients (8 pers)	Quantité	Préparation
Riz long grain	800 g	Rincé sous eau froide
Safran en pistils	0,3 g	Infusé dans 50 ml d'eau chaude
Curcuma moulu	2 g	Mélangé au riz sec
Poivre blanc moulu	1 g	Ajouté à la cuisson
Sel fin	12 g	Ajouté à l'eau de cuisson
Huile de tournesol	40 ml	Pour nacer le riz
Eau	1,5 L	Pour la cuisson

Étapes de réalisation

1. Mettre le safran à infuser dans 50 ml d'eau chaude au moins 20 minutes à l'avance.
2. Rincer le riz jusqu'à ce que l'eau soit claire. Égoutter soigneusement.
3. Dans une marmite, chauffer l'huile, ajouter le riz et nacer 2 minutes à feu doux.
4. Ajouter le curcuma, mélanger, puis mouiller avec l'eau.
5. Verser le safran infusé (avec l'eau d'infusion), le sel et le poivre blanc.
6. Porter à ébullition, couvrir, cuire 12 minutes à feu doux sans remuer.
7. Retirer du feu, laisser reposer 10 minutes couvert. Égrainer à la fourchette avant service.

Allergènes potentiels

Absence d'allergènes majeurs. Contrôler la traçabilité des épices.

Infos nutrition (indicatif)

Apport énergétique principalement glucidique

Faible teneur en matières grasses

Sans additif ni conservateur