

PRIMI PIATTI

Medaglioni di riso alle melanzane

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 30 min COTTURA: 35 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

NOTE: + 15 MINUTI DI RIPOSO



INGREDIENTI

300 g di riso Arborio
2 melanzane tonde
150 g pomodori
1 cipolla piccola
2-3 ciuffi di basilico
1
2 l di brodo vegetale
30 ml di vino bianco
parmigiano grattugiato q.b.
50 ml di olio extravergine d'oliva
sale e pepe.

PREPARAZIONE

1 Iniziate accendendo il forno a 200°C, nel frattempo lavate le melanzane sotto acqua

corrente, asciugatele ed eliminate il picciolo.

Fate appassire una melanzane in forno per 15 minuti e tagliate l'altra, dovete ottenerne 8 fettine. Prendete le fettine e raccoglietele in un colapasta, cospargetele di sale fino ed aspettate circa 15 minuti in modo che rilasci l'acqua di vegetazione.

Passato il tempo necessario riprendete le fettine di melanzana ed asciugatele con carta assorbente.

Pennellatele con olio extravergine d'oliva, cuocetele in una padella antiaderente 3 minuti per lato e scolatele su carta assorbente per eliminare l'olio in eccesso.

Nel frattempo lavate i pomodori, asciugateli ed eliminate il picciolo. Tagliateli a dadini eliminando i semi e l'acqua di vegetazione e raccoglieteli in una ciotola.

Pulite il basilico con carta assorbente inumidita e sminuzzatelo con le dita. Unite il basilico nella ciotola dei pomodori e versateci 20 ml di olio extravergine d'oliva.

Sfornate la melanzana, apritela e raccogliete la polpa con un cucchiaio.

Sbucciate la cipolla e tritatela finemente con la mezzaluna.

Versate l'olio extravergine d'oliva rimasto in una padella, unite la cipolla tritata e fatela appassire per 1 minuto circa, mescolando con un cucchiaio di legno.

Unite il riso, mescolate e fate insaporire per 3 minuti circa, fino a quando i chicchi non saranno traslucidi. Bagnate con il vino bianco e lasciate evaporare per altri 3 minuti continuando a mescolare.

Unite la polpa di melanzana sminuzzata e mescolate. Continuate a cuocere il riso aggiungendo, man mano che viene consumato, il brodo caldo per circa 16 minuti.

Salate, pepate e fuori dal fuoco unite il parmigiano grattugiato.

In un piatto adagiate una fetta di melanzana e appoggiatevi sopra un coppapasta, dividete

il risotto in 4 parti uguali, prelevate una parte del riso e riempiate il coppapasta. Coprite con un'altra fetta di melanzana.

Ripetete lo stesso procedimento con gli altri 3 piatti e servite aggiungendo i pomodorini.

