

ANTIPASTI E SNACK

Polpette di riso e grano agli asparagi

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 40 min COTTURA: 75 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

100 g di riso
50 g di grano
30 g di burro
1 spicchio d'aglio
1 dado vegetale
poco vino bianco
50 g di scamorza affumicata a pasta morbida
1 cucchiaio di formaggio grattugiato
poco pangrattato
1 uovo
abondante olio di semi per friggere.

PREPARAZIONE

1 Mondare gli aspragi tagliando le cime e mettereli a sbollentare in acqua bollente e salata

per circa 20 minuti.

In una padella mettete a rosolare l'aglio con il burro.



2 Aggiungete gli asparagi e fate saltare.



3 Aggiungete il vino e fate sfumare.

A questo punto aggiungete il riso e il grano.



4 Fate tostare un po', poi aggiungete il dado e dell'acqua bollente e portate a cottura.



5 Nel frattempo tagliare la scamorza a pezzetti.



6 In una ciotola mescolare l'uovo con un pizzico di sale.



7 Una volta che il risotto sarà pronto, lasciatelo raffreddare.



- 8 Aggiungete al risotto l'uovo, il formaggio grattugiato e pangrattato quanto basta per rendere il composto compatto ma non duro.



- 9 Prendete un pugno di composto, allargatelo un po' e, dentro, metteteci un pezzettino di scamorza.

Chiudete e appallottolate.

Poi schiacciate un po' a formare delle polpettine spesse e tonde e passatele nel pangrattato.



- 10 In un'ampia padella mettete a scaldare l'olio quando sarà caldo friggere le crocchette facendole dorare da entrambi i lati.



- 11 Ponetele sopra un piatto con della carta assorbente.



12 Servite tiepide.



