

PRIMI PIATTI

Risotto con crema di cipolle e zucchina spinose

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 50 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

RISO CARNAROLI 320 gr

ZUCCHINE spinose - 3

CIPOLLE ½

CAROTE 2

BRODO VEGETALE 2 l

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiari da tavola

COGNAC ½ bicchierini

SALE

PEPE NERO

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1

BURRO 20 gr

PREPARAZIONE

- 1 Fate sbollentare in abbondante acqua salata le zucchine private di spine e buccia per una decina di minuti, fino a che saranno ben farinose, quindi riducetele in purea utilizzando un frullatore ad immersione.



- 2 Intanto, pulite le carote e affettatele finemente a rondelle aiutandovi con una mandolina, distribuitele su una teglia da forno rivestita di carta forno, cospargetele con un filo di olio, sale pepe e peperoncino, poi infornate a 180°C per circa 15 minuti, fino a che saranno ben dorate.



- 3 In un ampio tegame, versate un fondo d'olio, disponetevi la cipolla affettata finemente e fatela soffriggere un minuto.



4 Aggiungete un mestolo d'acqua alle cipolle, coprite con il coperchio e lasciate cuocere per altri dieci minuti.

Nel frattempo fate tostare il riso in una risottiera.



5 Aggiungete al riso del brodo vegetale e lasciate cuocere a fiamma moderata per circa 10 minuti, aggiungendo altro brodo durante la cottura.

Trascorsi 10 minuti, unte al riso la crema di cipolla e fate amalgamare i sapori su di una fiamma vivace mescolando velocemente.



6 Unite quindi la purea di zucchine e mescolate affinché si amalgami completamente al riso.



7 Aggiungete, infine le carote con il liquido di cottura.



8 Aggiustate il tutto di sale e pepe e mantecate con il burro.