

PRIMI PIATTI

Risotto con zucchine e carote

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

500 g di riso
7 zucchine piccole
4 carote
1 cipolla
parmigiano grattugiato
odori o dadi per brodo vegetale
olio
burro
sale.

PREPARAZIONE

- 1 Lavare e pelare le carote e tagliarle a rondelle sottili. Lavare le zucchine togliere le estremità, spaccarle in due per lungo e levare la parte spugnosa centrale, quindi tagliarle a fettine abbastanza sottili, affettare la cipolla.

Preparare il brodo vegetale, con odori o dado.



- 2** In una pentola mettere l'olio e una noce di burro, farlo sciogliere e poi aggiungere la carota e la cipolla e far appassire a fuoco moderato.



- 3** Una volta appassita la cipolla aggiungere le zucchine.



4 Salare e farle appassire.



5 A questo punto aggiungere il riso e farlo tostare.



6 Una volta tostato aggiungere il brodo poco alla volta.



7 Continuare finché il riso non sarà cotto, a cottura ultimata spegnere il fuoco e aggiungere una generosa manciata di parmigiano grattugiato



8 Mescolare bene e servire.



Ingredienti per 6 persone.

NOTE