

PRIMI PIATTI

## Risotto limone e tonno

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 10 min    COTTURA: 25 min    COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Oggi cuciniamo insieme il **risotto limone e tonno**, una **ricetta** fresca e adatta anche al periodo estivo. Chi ama il risotto lo cucina nonostante le elevate temperature, poco importa la fatica di stare sopra ad una pentola in ebollizione: se il **risotto** piace, piace sempre! E non è che puoi mangiare insalata di riso per tutta l'estate! Sicuramente ci sono condimenti adatti ad ogni periodo, per questo oggi ti proponiamo questo abbinamento di **limone e tonno**: fresco, saporito e ricco di profumo. Per una versione più ricercata ti suggerisco di sostituire il tonno al naturale in scatola con un trancio di tonno fresco tagliato a cubetti.

Pochi e semplici passaggi per ottenere una ricetta

da leccarsi i baffi! Prima di farti vedere come si fa, ti suggerisco anche di dare un'occhiata a queste altre ricette di risotto:

[Risotto al telefono](#)

[Risotto con il polpo](#)

[Riso venere con salmone e zucchine](#)

[Riso selvaggio con tonno e limone](#)

[Riso venere con salmone e piselli](#)

## INGREDIENTI PER FARE IL RISOTTO

### LIMONE E TONNO

RISO CARNAROLI 320 gr

TONNO AL NATURALE da sgocciolato -  
160 gr

LIMONE 1

BRODO VEGETALE 1,5 l

CIPOLLA DORATA 20 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 20  
ml

VINO BIANCO 100 ml

SALE

PEPE BIANCO

PREZZEMOLO TRITATO

## PREPARAZIONE

- 1 Per preparare il nostro risotto limone e tonno per prima cosa prendi il limone, lavalo accuratamente e grattugia la buccia. Dividi a metà, taglia 3 fette sottili e ricava il succo tenendolo da parte. Trita finemente la cipolla e falla dorare in una padella dai bordi alti con l'olio, quando inizia a dorare aggiungi il riso e fallo tostare due minuti mescolando spesso.



- 2 Aggiungi il vino bianco ed alza la fiamma per farlo evaporare, mescola e, quando sarà evaporato, aggiungi il succo di limone che hai tenuto da parte e mescola nuovamente con un cucchiaio di legno. Rimetti sul fuoco a fiamma medio bassa ed aspetta che il succo di limone si asciughi.



- 3 Unisci un mestolo di brodo, il sale ed il pepe bianco, mescola ed aspetta che il riso assorba il brodo, versa un altro mestolo di brodo. Continua così finché non mancheranno 5 minuti al termine della cottura, oppure assaggia il riso ed aggiungi brodo se lo senti ancora troppo al dente.



- 4 Quando mancheranno 5 minuti al termine della cottura aggiungi il **tonno al naturale** sgocciolato e spezzettato, tienine da parte qualche pezzo per la decorazione finale. Unisci un altro mestolo di brodo e mescola per bene. Quando anche questo mestolo di brodo sarà asciutto impiatta il risotto limone e tonno, spolverizza sopra un pizzico di prezzemolo, la buccia grattugiata del limone, i pezzi di tonno tenuti da parte e le fette di limone tagliate a triangoli.



## CONSIGLIO

Puoi sostituire il tonno in lattina con del tonno fresco in tranci, in questo caso cuoci in padella con un filo d'olio e poi aggiungilo al risotto tritato finemente.

## CONSERVAZIONE

Il risotto limone e tonno si conserva in frigorifero, in un contenitore con coperchio o coperto con della pellicola per alimenti, per 2 giorni.