

PRIMI PIATTI

Risotto con le zucchine

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Semplicissimo e veloce da preparare il risotto con le zucchine e uno dei classici risotti dal sapore delicato, ideale da preparare anche i per bambini.

INGREDIENTI

RISO CARNAROLI 360 gr
ZUCCHINE 3
CIPOLLA 1
VINO BIANCO
BURRO più una noce per la mantecare - 30 gr
BRODO VEGETALE 1 l
SALE
PARMIGIANO GRATTUGIATO
PEPE NERO facoltativo -
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PREPARAZIONE

1 Quando volete preparare il risotto con le zucchine: prima di tutto preparate del brodo vegetale, aggiungete al brodo, se volete, per conferirgli maggiore sapore, la polpa interna delle zucchine. In una casseruola versate e fate scaldare un giro d'olio extravergine

d'oliva. Affettate finemente una cipolla e mettetela a stufare nell'olio caldo.



- 2 Sfumate la cipolla con poco vino bianco e lasciate avaporare completamente tutta la parte alcolica del vino.



3 In una casseruola, possibilmente antiaderente, fate sciogliere una noce di burro, una volta che il burro si sarà sciolto, aggiungete nella casseruola il riso e lasciatelo tostare, fino a quando i chicchi saranno diventati trasparenti.



- 4 Prendete la cipolla deglassata con il vino bianco e versatela nella casseruola con il riso appena tostato e lasciate insaporire per qualche istante, quindi iniziate la cottura del riso: coprite completamente il riso con il brodo bollente, abbiate l'accortezza di tenere sempre il riso ricoperto dal brodo durante la cottura e, di aggiungere il brodo al riso ogni qualvolta il riso lo richieda.



- 5 Prendete le zucchine, lavatele e affettatele a fette regolari, quando il riso sarà giunto a metà cottura, versate le zucchine nella casseruola con il riso, regolate con un pizzico di sale e continuate la cottura del riso aggiungendo il brodo caldo.





- 6 Quando il risotto con le zucchine avrà raggiunto la cottura, allontanatelo dal fuoco, aggiungete ad esso una noce di burro e una generosa manciata di parmigiano grattugiato e, mantecate bene il tutto.



7 Servitelo se gradite, con una macinata di pepe nero.

