Risotto rosso integrale alle verdure dell’orto



Ci siamo quasi, l’estate è alle porte, anzi possiamo dire che è praticamente arrivata, tra 2 giorni ci sarà il *solstizio d’estate* che decreterà l’inizio vero e proprio della bella stagione, ma anche le temperature ci ricordano che è tempo di tintarella.

L’estate mi fa pensare ai colori, all’azzurro del mare, al giallo dei campi di grano appena tagliato, all’esplosione generale della natura che dopo il risveglio primaverile, proprio come noi, si gode il caldo dei raggi del sole, ai vestiti sempre più colorati e sbarazzini.

E come ogni anno anche io, ve lo confesso, mi preparo al suo arrivo. Ho uno strano rapporto con l’estate, un po’ amore/odio… non sopporto molto il caldo, tanti mi dicono: sei nata a Gennaio sei una da freddo, ed in effetti è così, spesso dico che ad Agosto vorrei andare a vivere in Alaska… però poi in realtà adoro le giornate lunghe e soleggiate, coloratissime e con mille cose da fare. Adoro vedere come tutto cambia e tende al colore, dai vestiti alle cose per la casa, dai cibi ai profumi.



Da buona designer, quindi, sono sempre alla ricerca delle nuove tendenze nei vari campi dalla moda, al design, al cibo e quest'anno ho trovato una guida fantastica nella nuova sezione Dalani – Summer Must Haves, è stata davvero una piacevole lettura e molto utile, ve la consiglio. Super la sezione "Home&Living" che ci dice che stanno tornando in voga gli anni 70… EVVIVA li adoro in tutto e per tutto!!!

Ho trovato molto interessante la top ten del cibo per l'estate, che ci suggerisce quali sono gli alimenti consigliati per la bella stagione e perchè. E da questa mi sono lasciata ispirare per il mio piatto di oggi, con cui voglio anche celebrare l'arrivo dell'estate e spero presto anche delle vacanze!!! (mmmh forse anche per questo mi piace molto l'estate, ma non diciamolo in giro!!! □)

Ingredienti:

- 180 gr di riso rosso integrale selvatico
- 2 carote
- 1 scalogno
- 2 zucchine
- 4 coste di sedano
- zenzero
- qualche foglia di menta
- brodo vegetale
- parmigiano
- 1 noce di burro
- olio evo
- sale
- pepe

Procedimento:

Primo passaggio pulire ed affettare tutte le mie verdure. Intanto metto a cuocere anche il mio brodo vegetale, con un’altra carota, cipolla e sedano.

In una padella abbastanza larga, faccio un soffritto con le verdure e gli do’ quindi una prima scottata, le lascio molto croccanti, proprio giusto una scottata per insaporire il fondo. Le tolgo dalla padella e le metto da parte, non voglio metterle insieme al riso perchè siccome questo ha una cottura lunga voglio che le verdurine rimangano un po’ croccanti e mettendo tutto insieme rischio di farle scuocere.

Nella stessa padella verso il riso ed inizio la cottura aggiungendo il brodo e mantecando, come fosse un risotto normale.

A più di metà cottura aggiungo le verdure e continuo a cuocere il risotto. A cottura tolgo dal fuoco e manteco con una noce di burro e una grattatina di zenzero fresco.

Servo con una spolverata di parmigiano e una fogliolina di menta.

Buono, semplice ed estivo!!!





Risotto viola con verza, burrata e coriandoli di prosciutto croccante



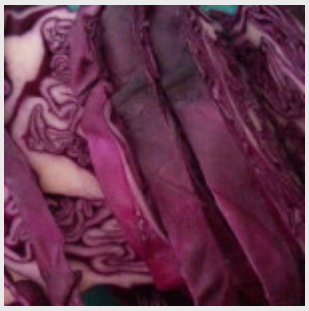
A questo piatto avrei voluto dare un nome un po' artistico, una cosa tipo *"violotto dal cuore freddo"* poi l'ho guardato e mi sono detta che non potevo fargli un torto simile e allora mi sono limitata ai "coriandoli di prosciutto croccante" e già mi sembra abbastanza…

Ma scherzi a parte vi racconto come l'ho fatto…

Ingredienti:

- 1 cavolo verza rosso di 300 gr circa
- 200 gr riso
- 1 cipolla
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- 1,5 l di brodo vegetale
- sale
- pepe
- 1 mozzarella ci bufala
- 2 fette di prosciutto crudo tagliato doppio
- olio EVO

Procedimento:

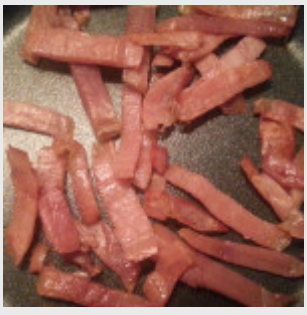


Per prima cosa pulisco e affetto il cavolo verza, trito la cipolla e la faccio imbiondire in pentola con un paio di cucchiai di olio. Aggiungo la verza alla cipolla e la faccio stufare per una decina di minuti.

Aggiungo il riso e lo faccio tostare; sfumo il tutto con il vino e aggiungo piano piano il brodo vegetale caldo, mescolando continuamente.

Una volta cotto il riso lo lascio riposare un minuto in pentola, a questo punto andrebbe aggiunta una noce di burro, io evito per non appesantirlo maggiormente.

In un pentolino antiaderente faccio tostare i prosciutto crudo tagliato a listarelle.



Servo il riso in piatto con al centro un cuore di burrata e sopra una manciata di “coriandoli” di prosciutto che sono diventati croccanti. I contrasti tra

il croccante del prosciutto e il morbido della burrata e il freddo di questa con il caldo del riso aggiungono un tono particolare al gusto di questo piatto.

buon appetito!

Supplì al nero di seppia



Oggi vi propongo una cosa buonissima e utile anche in caso avanzi del risotto: i **supplì al nero di seppia,** davvero una golosità. Già solo il risotto è una vera prelibatezza, ed è anche un piatto ricercato e particolare che non tutti amano soprattuto per il colore, ma a mio avviso è davvero interessante e proporlo nei supplì potrebbe essere un modo per farlo apprezzare ancora di più.

Ve li racconto…

Ingredienti:

Per il risotto:

- 300 g di riso
- 2 seppie
- 2 spicchi d’aglio
- brodo, meglio se di pesce

- 2 sacche d’inchiostro,
- prezzemolo
- olio extravergine d’oliva
- sale
- vino bianco

Per i Supplì:

- pane grattugiato
- 2 uova
- farina
- olio
- sale
- 1 mozzarella

Pulisco le seppie, salvando le sacche di inchiostro e le taglio a pezzetti. Metto sul fuoco un tegame con 1 cucchiaio d’olio e le teste d’aglio, faccio imbiondire e aggiungo le seppie, appena si ritirano spruzzo con un po’ di vino bianco e faccio sfumare bene.

Aggiungo ora il riso che faccio tostare insieme alle seppie. In un altra pentola intanto ho preparato un brodo vegetale, che mantengo caldo ed aggiungo piano piano, un mestolo alla volta, al riso mantecando continuamente.

A 3/4 di cottura del riso aggiungo l’inchiostro e continuo a girare fino a cottura. Servo con una mangiata di prezzemolo tritato.
Ora immaginiamo di aver cotto riso per un esercito e ne avanza mezza pentola, come lo recuperiamo? Ma facciamo i supplì SUBITOOOOO



A riso freddo prepariamo delle polpette allungate, nascondendo all’interno 1 cubetto di mozzarella, che ho precedentemente tagliato a cubetti e fatto scolare un po’ del suo siero. Passo ora a panare il supplì, prima nella

farina, poi nell’uovo sbattuto e per ultimo nel pangrattato.

Friggo in abbondante olio.

Si mangiano caldi perchè la mozzarella all’interno deve filare!

Buoni!