

## UNA RICETTA OGNI 15 GIORNI

16 APRILE 2011

### RISO MANTECATO CON ASPARAGI E PESCE CRUDO

Tempo di preparazione circa 40 minuti

#### INGREDIENTI

PER 4 PERSONE:

Per il brodo: 2 litri di acqua fredda, carote, sedano, cipolla, oppure preparato per brodo vegetale biologico

Punte di Asparagi 250 grammi (peso pulito)  
 Brodo di Verdure  
 Burro, 50 grammi  
 Uno Scalogno  
 Olio extravergine di Olive  
 Prosecco di Valdobbiadene, 1 bicchiere  
 Riso Carnaroli, 300 grammi  
 Parmigiano Reggiano grattugiato, 1 cucchiaio da cucina  
 Filetto di Salmone da consumare crudo, 150 grammi (peso pulito)  
 Filetto di Tonno da consumare crudo, 150 grammi (peso pulito)  
 Sale  
 Pepe nero

#### ATTREZZATURA NECESSARIA

Frullatore, Pentola per la preparazione del brodo, Pentola per la cottura del riso, Coltello da Cucina, Cucchiaio da cucina  
 Tagliere, Mestolo

1	Preparate il brodo con le verdure o con il preparato per brodo vegetale biologico
2	Lavate le Punte di Asparagi e mettetele in una pentola con acqua fredda. Portate a bollitura e lasciate cuocere per circa 15 minuti
3	Scolate bene gli Asparagi e metteteli nel frullatore. Frullate per bene fino a quando si sarà creato un composto omogeneo
4	Tagliate i filetti di Tonno e Salmone a cubetti. Riponeteli in frigo separatamente coperti da pellicola
5	Tritate a coltello lo scalogno e mettetelo nella pentola per il riso, con 25 grammi di burro e due cucchiai di olio Extravergine di olive
6	Mettete la pentola sul fuoco molto basso e fate soffriggere lo scalogno con olio e burro per tre minuti
7	Aggiungete il riso e lasciate tostare sempre a fuoco basso per circa 2 minuti nel soffritto
8	Aggiungete il bicchiere di prosecco e alzate leggermente il fuoco lasciando sfumare il vino per circa un minuto
9	Aggiungete la crema di Asparagi e mescolate amalgamando bene con il riso
10	Da questo dovete calcolare circa 16/17 minuti di cottura per il riso, che dovrà essere ben al dente (l'assaggio sarà d'obbligo per non eccedere nella cottura). Valgono sempre le regole abituali. Alzate leggermente il fuoco e aggiungete il brodo vegetale a piccoli mestoli. Non dovete mai smettere di mescolare. Il riso deve sobbollire appena. Regolate la fiamma affinché il riso non bolla troppo. Questa operazione è cruciale per la buona riuscita del risotto. Il riso non si deve mai seccare ma nemmeno essere annegato nel brodo. I Maestri dicono che quando si mescola "deve fare l'onda". L'immagine è buona e può darvi la giusta misura
11	Dopo circa 15 minuti di cottura aggiungete altri 25 grammi di Burro ed un cucchiaio di parmigiano grattugiato. Mescolate velocemente per mantecare il risotto. Verificate la salatura ma ricordate di mantenere un sapore delicato che esalterà l'aroma del pesce crudo. Se necessario aggiungete mezzo mestolo di brodo. Il risotto dovrà essere ben fluido dopo la cottura
12	Assaggiate e verificate una giusta cottura al dente
13	A cottura ultimata dovete lasciare il risotto nella pentola per qualche minuto a perdere un poco di calore
14	Porzionare il riso nei piatti e spargete i cubetti di tonno e salmone sopra al riso. Date una piccola spolverata di Pepe Nero sui bordi dei piatti
15	La porzionatura deve avvenire appena prima del servizio per evitare che il calore del riso cuocia il pesce
16	L'effetto cromatico è sorprendente. Il sapore pure
17	Io continuerei con un ottimo Prosecco di Valdobbiadene ben fresco
18	Buon appetito e, come sempre, fatemi sapere