



RISO E CEREALI

Risotto con salsiccia e peperoni



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE

15 MIN



TEMPO DI COTTURA

35 MIN



CALORIE

700K

NOTE

INGREDIENTI

360 g di Riso Carnaroli

100 g di Salsiccia luganega

2 Peperoni gialli

2 Pomodori

1 Cipolla

20 cl di Vino bianco secco

1 l di Brodo vegetale

40 g di Parmigiano grattugiato

1 ciuffetto di Prezzemolo

1 foglia di Alloro

1 Peperoncino fresco

2 cucchiaini di Olio extravergine di oliva (per rosolare)

2 cucchiaini di Olio extravergine di oliva (per appassire)

Sale

Preparazione

- Ponete al fuoco il brodo e portatelo a leggera ebollizione, mantenendolo così per tutta la durata della ricetta.
- Tagliate a rondelle la salsiccia e lasciatela rosolare in una padella capiente, tipo saltapasta, con un filo d'olio e con l'alloro, per 5 minuti circa e a fuoco basso. Toglietela e tenetela da parte.
- Versate il riso nella solita padella e, mescolando, tostatelo a fuoco vivace per 1-2 minuti; sfumate con il vino e poi unite un paio di mestoli di brodo bollente. Cuocete il riso per 15 minuti circa a fiamma medio-bassa, aggiungendo il brodo poco alla volta e mescolando delicatamente ogni tanto, perché non attacchi al fondo del tegame.
- Intanto mondate i peperoni e riduceteli a falde; privateli dei semi e dei filamenti bianchi e tagliateli a listarelle. Sbollentate i pomodori per una decina di secondi e passateli subito in acqua fredda; sbucciateli, privateli dei semi e tagliateli a pezzetti.
- Sbucciate la cipolla, tritatela e fatela appassire in un'altra padella con un filo d'olio e il peperoncino intero, per 4-5 minuti a fuoco basso. Aggiungete i peperoni, salate, lasciateli cuocere per 7-8 minuti circa e a metà cottura unite i pomodori preparati; alla fine eliminate il peperoncino.
- Quando il risotto sarà quasi pronto unite la salsiccia, i peperoni con i pomodori e cuocetelo ancora per 1 minuto circa, a fiamma abbastanza vivace. Togliete la padella dal fuoco, spolverizzate con il parmigiano, regolate di sale e mescolate; incoperchiate e lasciate mantecare per un paio di minuti. Cospargete il risotto con prezzemolo tritato e servite.

Lia Pisano

I consigli di Lia

- Invece del bianco, potete usare il vino rosso per sfumare il riso. In tutti i casi, che sia rosso o bianco, il vino deve essere di qualità, non un comune vino in cartone: ne risentirebbe la qualità della preparazione, perché con la cottura sia gli aromi che gli eventuali difetti vengono concentrati e resi molto più evidenti.