

Riso rosso selvatico con cuori di carciofo e stracchino

Categoria: Portate - Riso e risotti



Informazioni Generali

Preparazione: 15 min
Cottura: 50 min
Dosi per: 4 persone
Costo: Medio
Difficoltà: Bassa

Il riso rosso selvatico con cuori di carciofi e stracchino è un primo piatto molto particolare, dal gusto variamente ricco di sfumature di sapori e di aromi, dovuto ai vari ingredienti che nell'insieme formano una pietanza raffinata e saporita.

I chicchi del riso rosso selvatico, che persino dopo la cottura risultano ancora croccanti, sono amalgamati a cuori di carciofi finemente tritati e mantecati con stracchino. Gli aromi che lo arricchiscono e rinfrescano sono la scorza di limone e il timo.



Ingredienti

>> Brodo vegetale, 1 lt	>> Riso rosso selvatico 320 gr
>> Burro 30 gr	>> Sale q.b.
>> Carciofi cuori 6	>> Scalogn 1
>> Limoni la buccia grattugiata di 1/2	>> Stracchino 150 gr
>> Parmigiano Reggiano grattugiato 2 cucchiari	>> Timo fresco 2-3 rametti
>> Pepe macinato a piacere	

Preparazione



Per preparare il riso rosso selvatico con cuori di carciofo e stracchino iniziate tritando lo scalogno e ponetelo a sudare in una casseruola con il burro (1), poi unite il riso rosso (2) e fatelo tostare. Aggiungete a piccole dosi il brodo vegetale (3): fate così cuocere il riso selvatico per almeno 35-40 minuti.





Nel frattempo mondate i carciofi, togliendo loro le foglie dure più esterne e tenendo solo i cuori ([clicca qui per vedere come fare](#), in alternativa potete acquistarli surgelati già puliti e pronti all'uso), che taglierete finemente (4). Grattugiate quindi la scorza del limone (5) e tritate finemente le foglioline di timo fresco (6).



Unite i carciofi (7) e continuate la cottura del riso (ci vorranno in totale circa 50 minuti) aggiungendo, mano a mano il brodo poco per volta (8). In ultimo aggiungete al riso la scorza del limone e il timo e qualche minuto prima di spegnere il fuoco, unite lo stracchino e mantecate bene; integrate il Parmigiano grattugiato (9), aggiustate di sale e di pepe e servite immediatamente.

Consiglio

Potete realizzare questa pietanza sostituendo il riso rosso selvaggio con dell'altro riso che tenga bene la cottura, oppure con degli altri cereali come il farro o l'orzo perlato. Il riso rosso selvaggio , è un prodotto integrale e quindi ricco di fibre: la sua caratteristica è quella di crescere allo stato selvatico e prediligere terreni ricchi di argilla, spesso poveri di acqua. Il riso rosso selvatico ha un grande aroma e un buon sapore dolce; la sua cottura avviene in 40-50 minuti e dopo essere stato cotto, si mantiene per più giorni.

Consigli per gli acquisti



Cuociriso, potenza 700 Watt, capacità 1,8 litri, funzione riscaldamento, contenitore di cottura antiaderente, coperchio in vetro per un maggior controllo durante la cottura, comode impugnature laterali, indicatore luminoso di cottura, pratici piedini antiscivolo. Accessori: bicchiere misuratore e cucchiaio.

[Prodotto scelto per te da ePRICE. Vedi dettagli.](#)