

Risotto ai mirtilli di bosco e erba cipollina

Categoria: Portate - Riso e risotti



Informazioni Generali

Preparazione: 10 min	Cottura: 30 min	Dosi per: 4 persone
Costo: Basso	Difficoltà: Bassa	

Il risotto ai mirtilli è un fantasioso e raffinato primo piatto che ricorda la montagna e il Trentino Alto Adige. Molto delicato e leggero, è gustoso e piacevole, non appesantisce il palato e si può assaporare in ogni stagione (a patto di trovare i mirtilli!); è ottimo anche tiepido, quindi favoloso in una calda giornata estiva!



Ingredienti

>> Brodo vegetale 1l	>> Erba cipollina tritata 1 cucchiaio	>> Riso carnaroli 320 gr	>> Vino rosso 1 bicchiere
>> Burro 50 gr	>> Mirtilli freschi 200 gr		

...per guarnire

>> Erba cipollina 1 cucchiaio	>> Mirtilli 50 gr
-------------------------------	-------------------

Preparazione



Per prima cosa preparate il brodo vegetale mettendo in una capiente casseruola una carota pulita, una cipolla e una costa di sedano e due foglie di alloro, versate 1,2l di acqua e portate a bollire; lasciate bollire circa 15-20 minuti, regolate di sale e tenete in caldo per la cottura del risotto. Pulite i mirtilli, tenetene da parte almeno un paio per commensale come decorazione e mettete i rimanenti in un pentolino con circa 20gr di burro e fate cuocere a fuoco molto dolce per 10 minuti (1), o fino a che i mirtilli si sfaldino (2).



In una casseruola fate fondere il restante burro e tostate il riso con l'erba cipollina tritata un paio di minuti a fuoco moderato girando con un cucchiaio di legno (4); sfumate con il bicchiere di vino rosso (5), lasciate evaporare la parte alcolica e poi iniziate a versare il brodo un paio di mestoli alla volta mescolando delicatamente con il cucchiaio; nel frattempo aiutandovi con un mixer ad immersione frullate i mirtilli (6)



quando il riso è quasi cotto, dopo circa 15 minuti, passate la purea così ottenuta attraverso un colino e aggiungetela al riso (7). Terminate quindi la cottura, se è necessario aggiungete anche un mestolo di brodo. Spegnete il fuoco, unite un'abbondante noce di burro (9) e mantecate il risotto mescolando in modo da far fondere il burro con il calore del riso; lasciate riposare ancora un minuto senza mescolare e servite impiattando il riso e decorando ogni piatto con un paio di mirtilli e uno stelo di erba cipollina.

Consiglio

Noi abbiamo realizzato questo piatto con del **vino rosso Lagrein del Trentino**, dal profumo di viola mammola e frutti di bosco, **ottimo** anche **da bere** per accompagnare questo risotto, ma potete optare per qualsiasi vino rosso fruttato; se volete, potete **spolverizzare il risotto** con del **formaggio grattugiato**, o portarlo comunque a tavola e lasciare decidere ai commensali se adoperarlo.

Curiosita'

Il **mirtillo** fiorisce nel mese di maggio e fruttifica in luglio- agosto con delle **bacche nere**, dalla polpa colorata e ricoperte da pruina. Cresce spontaneo in Europa e **si trova nelle Alpi e negli Appennini** fino all'Abruzzo.