



Il Riso  
Italiano  
in 40  
*Primi Piatti*



ENTE NAZIONALE RISI

Questo ricettario è stato realizzato per l'Ente Nazionale Risi dall'ICIF, Italian Culinary Institute for Foreigners, che da oltre un decennio opera a favore della diffusione della cucina e dei prodotti enogastronomici italiani nel mondo attraverso l'istruzione di giovani cuochi stranieri che, dopo il loro Master presso l'ICIF e uno stage presso importanti ristoranti italiani, rientrano nei loro Paesi diventando ambasciatori del gusto e del cibo italiano.

Le ricette qui raccolte sono tratte dal ricettario utilizzato per l'istruzione di questi giovani cuochi e rappresentano un ideale itinerario di conoscenza del riso italiano: dall'approccio con il prodotto attraverso ricette di facile esecuzione fino alla realizzazione di piatti più complessi ed elaborati.

# IL RISO FACILE

Quante volte vi è capitato di tornare a casa con amici e di proporre di mangiare "una cosa veloce"? Quante volte la scelta è caduta su una bella spaghetтата aglio, olio e peperoncino? Perché invece non avete pensato ad un bel risotto allo zafferano?

Se la vostra risposta è "perché è troppo complicato", state sbagliando.  
Se la vostra risposta è "perché ci vuole troppo tempo", state sbagliando di nuovo.

Sono in molti a trascurare il riso solo perché hanno la falsa convinzione che ci voglia troppo tempo e troppa abilità per cucinarlo: questo piccolo ricettario vi dimostrerà l'esatto contrario.

Provate a pensare a quante volte la settimana mangiate un risotto, oppure una zuppa con il riso, un timballo di riso, degli arancini di riso, dei supplì di riso, delle frittelle di riso o una torta dolce di riso. Sono solo alcune idee di piatti a base di riso e abbinare ad ognuna di esse vi sono centinaia di ricette e di modi diversi per realizzarle.

E poi è assodato che per una sana ed equilibrata alimentazione è consigliato fare maggior uso del riso.

Cucinare il riso è facile: questo è il primo messaggio che deve entrare nelle vostre abitudini.

Cucinare il riso non richiede molto tempo: secondo la varietà del riso e il tipo di preparazione occorrono tra i 12 minuti per i risi a chicco tondo e i 17 minuti per quelli a chicco lungo.

Perché non tutto il riso è uguale. Esistono varietà di riso diverse e per ognuna esiste il giusto modo d'impiego. Anche questo è facile da imparare e da ricordare.

In sintesi le varietà italiane di riso si suddividono in quattro gruppi, in base alle dimensioni del chicco: risi tondi (adatti alla preparazione di minestre e dolci), risi medi e risi lunghi A (adatti alla preparazione di risotti, insalate, timballi, supplì, arancini e piatti unici) e risi lunghi B (adatti alla preparazione di insalate e contorni).

Anche la quantità giusta di riso per ciascun piatto è facile da ricordare: considerate che per preparare risotti 80/90 grammi a testa sono più che suffi-

cienti, per zuppe asciutte la dose è di 60 grammi, per minestre in brodo di 50 grammi.

Ora forse vi state chiedendo quanto brodo occorre per fare un buon risotto per la famiglia: considerate per semplicità una quantità di liquido pari a sette volte il peso del riso.

E i tempi di cottura? Semplice, perché è sufficiente che vi ricordiate che il tempo è sempre in riferimento alla varietà che utilizzate.

Un'altra regola importante è quella di non aggiungere mai liquido freddo durante la cottura, ma sempre bollente. E scolate il riso sempre piuttosto al dente, perché, nonostante non sia più sul fuoco, lui continua a cuocere comunque.

Questo è quanto occorre sapere per affrontare la "prova del riso". Semplice, vero?

Adesso potete cimentarvi senza timore con queste ricette di primi piatti, che vi dimostreranno che cucinare il riso è molto più facile e veloce di quanto avete creduto fino ad oggi.

Ma per non annoiarvi e per stimolarvi ad affrontare prove un po' più impegnative, abbiamo ritenuto opportuno proporvi anche ricette un po' più complesse: le troverete in fondo a questo ricettario e, superato questo scoglio, il riso per voi non avrà più segreti.

# I PRIMI PIATTI

Risotto con Carciofi	pag. 6
Risotto con Zucca e Fave	pag. 7
Risotto con Filetti di Trota e Cime di Rapa	pag. 8
Risotto al Peperone e Gorgonzola	pag. 9
Risotto allo Zafferano e Zucchine in Fiore	pag. 10
Risotto con Verza e Salsiccia	pag. 11
Risotto con Gamberi al Profumo d'Arancia	pag. 12
Risotto al Basilico	pag. 13
Risotto del Fattore	pag. 14
Risotto con Agnello e Melanzane	pag. 15
Risotto Gratinato alle Mele Renette	pag. 16
Risotto al Radicchio Rosso	pag. 17
Risotto ai Formaggi d'Alpeggio	pag. 18
Risotto e Piselli con Fegatini di Pollo	pag. 19
Minestra di Riso, Latte e Castagne	pag. 20
Minestra di Riso e Patate	pag. 21
Minestra di Riso e Piselli	pag. 22
Zuppa di Riso al Sedano e Prezzemolo	pag. 23
Risotto con Pancetta, Provolone e Crema di Zucchine	pag. 24
Risotto al Barolo	pag. 25
Tubetti di Riso in Brodo	pag. 26
Risotto Venere con Scampi e Asparagi	pag. 27
Risotto in Crema di Spinaci	pag. 28
Risotto con Catalogna e Involtino di Sarde	pag. 29
Minestra di Riso e Gallina	pag. 30
Tiella di Riso e Cozze	pag. 31
Risotto Primavera con Ragù di Lumache	pag. 32
Risotto con Capesante in Crema di Curry	pag. 33
Sfornato di Riso Rustico	pag. 34
Timballo di Riso e Carni Bianche in Crema di Peperone	pag. 35
Risotto d'Autunno	pag. 36
Involtini di Riso alle Biete e Seppie nel loro Nero	pag. 37
Timballo di Riso e Porcini alla Fonduta di Taleggio Tartufata	pag. 38
Risotto con Coniglio Arrosto e Peperoni Dolci	pag. 39
Risotto con Pesce Persico e Crema di Erbetto e Scalogno	pag. 40
Risotto con Triglie e Zenzero	pag. 41
Riso e Rane in Fricassee	pag. 42
Risotto con Trippa di Maiale	pag. 43
Risotto Mantecato con Gamberoni e Fegato d'Oca	pag. 44
Sfornato di Riso e Asparagi con Pane Nero	pag. 45

# RISOTTO CON CARCIOFI



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Carnaroli gr. 300  
Brodo di carne lt. 1  
Cipolla gr. 20  
Olio extravergine d'oliva gr. 30  
Vino bianco secco gr. 70  
Carciofi freschi n. 3  
Burro gr. 50  
Grana Padano grattugiato gr. 60  
Sale q.b.  
Prezzemolo tritato q.b.  
Aglio n. 1 spicchio

## PROCEDIMENTO

Tritate il porro e fatelo imbiondire nell'olio e in gr. 10 di burro, aggiungete il riso e tostatelo.

Bagnate con il brodo poco alla volta portando il riso a metà cottura.

Nel frattempo pulite i carciofi, tagliateli a julienne fine, saltateli in poco olio, profumateli con l'aglio, bagnateli con il vino bianco e fateli evaporare; salate ed eliminate l'aglio.

A metà cottura del riso aggiungete 3/4 dei carciofi e terminate la cottura stessa mantecando prima della fine con il burro rimasto e il Grana Padano.

Servite all'onda in piatti piani, guarnite con i restanti carciofi e il prezzemolo tritato.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# RISOTTO CON ZUCCA E FAVE



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Arborio o Carnaroli gr. 280  
Zucca gialla, pulita kg. 1  
Grana Padano gr. 60  
Burro gr. 50  
Cipolla bianca tritata gr. 20  
Cannella gr. 1  
Brodo vegetale lt. 1,2  
Sale q.b.  
Fave gr. 200  
Scalognò gr. 15  
Olio extravergine d'oliva gr. 20

## PROCEDIMENTO

Sbollentate le fave, pelatele e passatele in una padella con lo scalognò precedentemente affettato e un po' di olio. Portate a ebollizione il brodo, aggiungete la zucca spezzettata, la cannella in polvere e cuocete per una decina di minuti. Soffriggete la cipolla in un tegame con metà burro e tostate il riso. Scolate la zucca e frullatela conservando il brodo e aggiungendola al riso. Proseguite la cottura del risotto bagnando con il brodo. Quando il riso è al dente aggiungete le fave, mantecate con il burro rimanente e il Grana Padano grattugiato e terminate la cottura.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# RISOTTO CON FILETTI DI TROTA E CIME DI RAPA



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Baldo gr. 300  
Cime di rapa gr. 300  
Filetti di trota gr. 150  
Peperoncini piccanti n. 1  
Cipollotto n. 1  
Sale e pepe q.b.  
Burro gr. 50  
Olio extravergine d'oliva gr. 50  
Grana Padano gr. 50

## PROCEDIMENTO

Dopo aver lavato i filetti di trota, fateli scottare in gr. 30 di olio e lasciateli raffreddare. Soffriggete in padella con il rimanente olio il cipollotto e le cime di rapa, precedentemente tagliati molto sottili. Mescolate a fuoco vivace per circa un minuto, aggiungete il riso e il peperoncino tritato, fate cuocere aggiungendo lentamente il brodo e, a cottura ultimata, mantecate con il burro e il Grana Padano. Servite il risotto adagiandovi sopra la trota tagliata a dadini.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆





# RISOTTO AL PEPERONE E GORGONZOLA



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Arborio gr. 300  
Peperoni arrostiti n. 2  
Gorgonzola gr. 50  
Cipolla gr. 40  
Aglio n. 1 spicchio  
Brodo di carne lt. 1  
Sale e pepe q.b.  
Grana Padano gr. 40  
Panna cl. 20  
Olio extravergine d'oliva gr. 20  
Burro gr. 20

## PROCEDIMENTO

Rosolate in una pentola con una noce di burro e un goccio d'olio la cipolla tritata molto fine e uno spicchio d'aglio schiacciato, badando che non imbrioniscano. Aggiungete i peperoni tritati e privi della pelle, il riso, un pizzico di sale e pepe e fate tostare; togliete lo spicchio d'aglio e proseguite la cottura bagnando a poco a poco con il brodo.

A metà cottura aggiungete il Gorgonzola e rimestate affinché si sciolga completamente.

Quando il riso sarà giunto a cottura mantecate con una noce di burro, il Grana Padano e un cucchiaino di panna.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆

**riso**  
facile



# RISOTTO ALLO ZAFFERANO E ZUCCHINE IN FIORE



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Baldo gr. 300  
Zucchine trombetta n. 2  
Fiori di zucca n. 8  
Burro gr. 80  
Grana Padano grattugiato gr. 50  
Scalogo gr. 20  
Vino bianco secco n. 1 bicchierino  
Zafferano n. 1 bustina  
Sale e pepe q.b.  
Brodo lt. 1

## PROCEDIMENTO

Tritate lo scalogo e fatelo rosolare in gr. 20 di burro, aggiungete le zucchine a quadretti piccoli, il riso e fate tostare. Bagnate con il vino, fate evaporare ed aggiungete poco brodo per volta, mescolando di continuo con un cucchiaino di legno. A metà cottura aggiungete lo zafferano e i fiori di zucca ben puliti. A cottura ultimata, aggiustate di sale e di pepe e, dopo qualche minuto, mantecate con il rimanente burro e il Grana Padano. Servite il riso ben morbido.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# RISOTTO CON VERZA E SALSICCIA



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Arborio gr. 250

Verza gr. 300

Salsiccia gr. 100

Burro gr. 50

Brodo lt. 1

Grana Padano gr. 60

Sale e pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

Rosolate in un tegame con gr. 20 di burro la salsiccia tagliata a dadini e aggiungete la verza dopo averla pulita e tagliata a pezzetti.

Lasciate insaporire e unitevi il riso.

Portate il tutto a cottura, aggiungendo un po' alla volta il brodo e regolando di sale.

A cottura ultimata mantecate con il burro e il rimanente Grana Padano.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆

**riso**  
**facile**



# RISOTTO CON GAMBERI AL PROFUMO D'ARANCIA



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Carnaroli gr. 280  
Gamberi sgusciati gr. 200  
Brodo vegetale lt. 1  
Arance n. 3  
Cipolla gr. 30  
Burro gr. 50  
Olio extravergine d'oliva gr. 30  
Vino bianco secco n. 1 bicchierino  
Sale e pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

Rosolate in olio la cipolla intera (che andrà eliminata a metà cottura) in un po' di burro, versatevi il riso e lasciatelo tostare. Aggiungete i gamberi sgusciati e il vino bianco e fate evaporare.

Continuate la cottura aggiungendo man mano il brodo vegetale e il succo di due arance.

Dalla buccia della terza arancia ricavate delle striscioline sottili, ripulitele bene della parte bianca e sbollentatele.

Dall'interno della stessa arancia ricavate otto spicchi, ripuliteli bene della parte bianca.

Aggiungete gli spicchi e le striscioline d'arancia al riso e mantecate con il rimanente burro.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# RISOTTO AL BASILICO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Roma gr. 300  
Basilico n. 70 foglie  
Brodo di carne  
Pompelmi n. 1  
Cipolla gr. 30  
Olio extravergine d'oliva gr. 100  
Burro gr. 70  
Grana Padano gr. 40  
Sale q.b.

## PROCEDIMENTO

Preparate una salsa frullando le foglie di basilico con gr. 80 di olio.  
Tritate la cipolla finemente e fatela rosolare con il rimanente olio e gr. 20 di burro, aggiungete il riso ed il brodo di carne e portate a cottura.  
Aggiungete la salsa di basilico, il burro, il Grana Padano e amalgamate il tutto.  
Servite decorando con spicchi di pompelmo.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆

**riso**  
facile



# RISOTTO DEL FATTORE



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Roma gr. 250  
Pancetta affumicata gr. 50  
Fagioli borlotti gr. 150  
Basilico gr. 5  
Pomodoro fresco gr. 100  
Salsiccia gr. 100  
Grignolino n. 1 bicchiere medio  
Cipolla gr. 20  
Burro gr. 40  
Olio extravergine d'oliva gr. 20  
Brodo vegetale lt. 1  
Grana Padano gr. 40  
Aromi (rosmarino, salvia, alloro, prezzemolo e un gambo di sedano)

## PROCEDIMENTO

Soffriggete la cipolla con l'olio, aggiungete la pancetta tagliata a dadini ed il riso, tostate per 3 minuti.  
Bagnate con il vino, lasciate ridurre, unite la salsiccia a dadini, il pomodoro tritato e bagnate con il brodo vegetale.  
A metà cottura aggiungete i fagioli, precedentemente bolliti in acqua salata con gli aromi.  
A cottura ultimata aggiungete il basilico tritato, mantecate con burro e Grana Padano e servite.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# RISOTTO CON AGNELLO E MELANZANE



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Carnaroli gr. 250  
Carré di agnello gr. 800  
Melanzane gr. 100  
Scalogo tritato gr. 20  
Alloro n. 1 foglia  
Brodo lt. 1,5  
Burro gr. 30  
Grana Padano gr. 30  
Timo gr. 3  
Olio extravergine d'oliva gr. 50

## PROCEDIMENTO

Pulite il carré d'agnello, tenete da parte le otto costolette che serviranno per guarnizione.

Gli scarti si utilizzeranno per il brodo.

Fate imbiondire lo scalogo tritato con una foglia di alloro in una casseruola, aggiungete il riso, fatelo tostare e unite la melanzana tagliata a cubetti, facendo rosolare bene e aggiustando di sapore.

Continuate la cottura per circa 16 minuti.

A cottura ultimata, mantecate con il burro, il Grano Padano grattugiato e profumate con il timo tritato.

Disponete nel piatto il risotto, guarnite con le costolette d'agnello che avrete fatto rosolare in padella con olio profumandole al timo.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆

**riso**  
facile



# RISOTTO GRATINATO ALLE MELE RENETTE



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Baldo gr. 300  
Mele renette n. 2  
Brodo lt. 1  
Burro gr. 40  
Spumante n. 1 bicchiere medio  
Asiago gr. 50  
Grana Padano gr. 50  
Sale q.b.

## PROCEDIMENTO

Sbucciate le mele, tagliatele a cubetti e tenetele da parte.  
Cuocete il riso con una noce di burro e bagnate con un buon spumante. Fate ridurre.  
Aggiungete il brodo e lasciate cuocere. A 3/4 di cottura aggiungete le mele. Alla fine mescolate vigorosamente, aggiungendo il Grana Padano e il burro.  
Versate il risotto in una pirofila, adagiateci le fette di Asiago e fate gratinare a 250° per 3 minuti.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆





# RISOTTO AL RADICCHIO ROSSO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Carnaroli gr. 250  
Radicchio rosso gr. 200  
Midollo di bue gr. 50  
Porri gr. 50  
Burro gr. 30  
Grana Padano gr. 40  
Brodo lt. 1  
Olio extravergine d'oliva gr. 50  
Birra cl. 25

## PROCEDIMENTO

Fate un fondo per il risotto con metà dei porri in gr. 20 di olio; tostate il riso, bagnatelo con la birra, aggiungete il brodo e, a metà cottura, aggiungete il radicchio, che avrete stufato nel rimanente olio con porro e midollo di bue.  
A cottura ultimata, mantecate con burro e Grana Padano.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆

**riso**  
facile



# RISOTTO AI FORMAGGI D'ALPEGGIO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Vialone Nano gr. 280

Burro gr. 70

Formaggi grassi dell'Alpe gr. 200 (tomette, tome erboriate, Castelmagno, ecc)

Peperoni gialli e rossi n.2

Olio extravergine d'oliva dl. 1

Porro (solo il bianco) n.1

Brodo vegetale q.b.

Prezzemolo tritato finemente n. 1 cucchiaino

Sale e pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

“Mortificate” in forno i peperoni che avrete precedentemente unto d’olio, spellateli, nettateli e tagliateli a quadrati; teneteli tiepidi.

In una teglia imbiondite il porro in metà del burro ed in questo tostate il riso, bagnatelo con il brodo vegetale e a metà cottura aggiungete i peperoni ed infine mantecate con i formaggi e il rimanente burro.

Aggiustate di sale e pepe e servite in un piatto caldo, spolverando con prezzemolo tritato.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# RISO E PISELLI CON FEGATINI DI POLLO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Arborio gr. 250  
Fegatini di pollo n. 4  
Piselli freschi gr. 150  
Burro gr. 80  
Brodo lt. 1  
Cipolla gr. 30  
Grana Padano gr. 50

## PROCEDIMENTO

Tritate finemente la cipolla e i fegatini, fateli soffriggere in gr. 30 di burro, quindi unitevi il riso e rimescolate bene. Aggiungetevi i piselli, precedentemente sbollentati, amalgamandoli al riso, continuate la cottura per circa 15 minuti, aggiungendo lentamente il brodo. A cottura ultimata mantecate con il rimanente burro e il Grana Padano.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆

**riso**  
facile



# MINESTRA DI RISO, LATTE E CASTAGNE



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Originario gr. 150

Castagne fresche gr. 200

Burro gr. 25

Latte lt. 0,5

Sale q.b.

Aromi (alloro, salvia e prezzemolo)

## PROCEDIMENTO

Sbucciate le castagne e mettetele ad ammorbidire in acqua tiepida, in modo che si possa togliere facilmente anche la seconda pellicina.

Ponete le castagne in una pentola con due litri d'acqua, salatele e fatele bollire con gli aromi, a fuoco medio, per circa due ore e mezza, quindi aggiungete il riso e rimuovete le foglie degli aromi.

Quando questo sarà a metà cottura, unite il latte e il burro.

A cottura completata la minestrina deve risultare molto cremosa e densa.

Aggiustate di sale e pepe.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# MINISTRA DI RISO E PATATE



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Originario gr. 130  
Patate novelle gr. 200  
Un trito di gr. 50 di cipolla bianca novella e gr. 100 di lardo  
Olio extravergine d'oliva n. 2 cucchiari  
Brodo vegetale lt. 1,5  
Prosciutto crudo gr. 100  
Prezzemolo tritato gr. 5  
Grana Padano grattugiato gr. 30  
Sale e pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

In una casseruola fate soffriggere il trito di lardo e cipolla con olio; appena imbiondito gettatevi le patate tagliate a piccoli pezzi. Mescolate bene, coprite le patate con un mestolo di brodo, condite con poco sale e pepe e cuocete a calore moderato. A 3/4 di cottura delle patate aggiungete il resto del brodo e il prosciutto tagliato a listarelle, il prezzemolo tritato, il riso e portate a ebollizione. A cottura ultimata, aggiungete il Grana Padano.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# MINESTRA DI RISO E PISELLI



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Originario gr. 130  
Pisellini sgranati gr. 400  
Brodo lt. 2  
Lardo gr. 40  
Burro gr. 30  
Olio extravergine d'oliva n. 2 cucchiari  
Cipolla novella fresca gr. 30  
Prezzemolo tritato gr. 5  
Grana Padano gr. 20

## PROCEDIMENTO

Soffriggete in una casseruola con burro e olio il lardo tagliato a quadratini e la cipolla tritata.  
Appena la cipolla imbiondisce, gettatevi i pisellini, cuocete per 3/4 d'ora, versatevi il brodo, fate prendere l'ebollizione e gettatevi il riso.  
A cottura ultimata, mescolatevi il Grana Padano, il prezzemolo e servite.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# ZUPPA DI RISO AL SEDANO E PREZZEMOLO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Originario gr. 150  
Sedano gr. 200  
Prezzemolo gr. 5  
Alloro n. 1 foglia  
Sedano n. 6 foglie  
Burro gr. 20  
Grana Padano gr. 30  
Brodo di carne dl. 1  
Sale e pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

Tritate il sedano con tutte le foglie ed il prezzemolo nel mixer; rosolate nell'olio, con alloro e salvia. Quando risulterà dorato versate il brodo e portate ad ebollizione. Regolate di sale e pepe.  
Cuocete il riso al dente nel brodo.  
Prima di servire, unite il trito di prezzemolo, il Grana Padano e il burro.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆

**riso**  
facile



# RISOTTO CON PANCETTA, PROVOLONE E CREMA DI ZUCCHINE



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Vialone Nano gr. 300  
Pancetta gr. 200  
Brodo lt. 2  
Cipolla gr. 20  
Provolone grattugiato gr. 70  
Zucchine media grandezza n. 5  
Olio extravergine d'oliva gr. 30  
Burro gr. 40  
Vino bianco secco gr. 60  
Grana Padano gr. 30

## PROCEDIMENTO

Fate cuocere le zucchine lentamente in un po' di brodo.  
Dopodiché frullatele aggiungendo l'olio finché si ottiene una crema consistente. Conservare da parte.  
In una pentola dorate la cipolla tritata nel burro, aggiungete la pancetta tagliata a quadretti e soffriggete per due minuti.  
Aggiungete il riso e mescolate bene.  
Aggiungete il brodo poco alla volta fino alla cottura del riso.  
A cottura ultimata aggiungete il Provolone grattugiato, il Grana Padano e mantecate bene.  
Servite su dei piatti il risotto creando un piccolo cratere al centro del quale verserete la crema di zucchine calda.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆





# RISOTTO AL BAROLO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Arborio gr. 300  
Brodo di carne lt. 1  
Barolo lt. 0,5  
Scalognò gr. 30  
Midollo di bue gr. 150  
Filoni di vitello gr. 30  
Burro gr. 100  
Olio extravergine d'oliva gr. 30  
Grana Padano gr. 40  
Chiodi di garofano n. 4  
Tappo di sughero n. 1  
Sale e pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

In olio e burro imbrodiate lo scalognò e tostate il riso. Sempre rimestando, bagnate con il Barolo, che avrete fatto ridurre della metà, e lasciate evaporare.

Coprite ora con il brodo ed in questo immergete i chiodi di garofano infilzati in un tappo di sughero.

A metà cottura incorporate il midollo e a cottura ultimata i filoni che avrete precedentemente scottato in poco burro e tagliato a pezzi.

Ritirate dal fuoco e mantecate con burro e Grana Padano.

Aggiustate di sale e pepe.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# TUBETTI DI RISO IN BRODO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Arborio gr. 150  
Polpa di vitello gr. 200  
Burro gr. 20  
Fegatini di pollo n. 2  
Uova n. 2  
Noce moscata q.b.  
Brodo lt. 1  
Sale e pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

Lessate il riso in abbondante acqua salata, poi scolatelo.

Mettete in un mortaio la carne di vitello lessata, il riso, i fegatini scottati nell'olio, due tuorli d'uovo e pestate tutto molto bene sino a ridurre gli ingredienti in poltiglia. Salate, pepate, insaporite con un pizzico di noce moscata.

Fate con il composto dei cilindretti lunghi cm. 6 circa e grossi come un dito; metteteli in una teglia imburrata, copriteli di brodo, ponete il recipiente sul fuoco e serviteli appena inizia il bollore.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# RISOTTO VENERE CON SCAMPI E ASPARAGI



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Venere gr: 300  
Asparagi n. 2 mazzi - Scampi gr: 500  
Scalognò gr: 50 - Sedano gr: 60  
Carote gr: 40 - Basilico n. 2 mazzetti  
Vino bianco secco n. 1 bicchiere medio  
Pomodori ramati n. 4 - Prezzemolo gr: 10  
Aglione n. 2 spicchi - Alloro n. 2 foglie  
Olio extravergine d'oliva gr: 200  
Sale e pepe q.b. - Panna gr: 20

## PROCEDIMENTO

Sgusciate gli scampi, togliete il filamento e tagliate le code a metà e fatele sfumare in un tegame con gr. 30 di olio. Conservate a parte. Immergete i pomodori in acqua bollente per 10 secondi, pelateli, togliete i semi e tagliateli a dadini. Fate un soffritto con uno spicchio d'aglio, lo scalognò, la carota, il

sedano tritati finemente e gr. 20 di olio. Quando le verdure saranno appassite, aggiungete il pomodoro a dadini. Sfumate con un bicchiere di vino bianco, aggiungete la metà del basilico. Coprite il tutto e portate ad ebollizione. Cuocete per circa 10 minuti, passate il fondo al frullatore con la panna: otterrete una salsa cremosa.

In una casseruola fate soffriggere uno spicchio d'aglio e l'alloro con gr. 30 d'olio d'oliva; aggiungete il riso, quindi bagnate con del brodo (3 volte il peso del riso). Portate ad ebollizione e continuate la cottura a fuoco moderato. A cottura ultimata aggiungete un battuto con il basilico e il rimanente prezzemolo, mantecate con l'olio rimanente profumato all'aglio. Pressate il riso in piccole forme, capovolgetele e servite in un piatto con un mestolo di salsa al centro; decorate intorno con le punte d'asparagi precedentemente sbollentate e gli scampi.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# RISOTTO IN CREMA DI SPINACI



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Carnaroli gr: 280  
Spinaci gr: 200  
Costa di sedano n. 1  
Carota n. 1  
Cipolla n. 1  
Burro gr: 120  
Olio extravergine d'oliva n. 2 cucchiaini  
Sugo di arrosto dl. 1  
Brodo q.b.  
Grana Padano grattugiato gr: 200  
Pepe e sale q.b.

## PROCEDIMENTO

Mettete in una casseruola l'olio e gr. 40 di burro; appena sono ben caldi aggiungete gli spinaci, il sedano, la carota e la cipolla (tutto

ben pulito e tagliuzzato fine).

Aggiungete 1 o 2 cucchiaini d'acqua, condite con sale e pepe, cuocete a calore moderato per 10 minuti, passate tutto al frullatore, rimettete la purea nella casseruola, aggiungete il riso e continuate la cottura a calore vivo, bagnando ancora, mano a mano che il riso asciuga, con il brodo.

Qualche minuto prima che sia cotto, conditelo col sugo di carne, ritiratelo al dente sull'angolo del fornello e completatelo col resto del burro e con del Grana grattugiato. Versate nel piatto caldo e servite in una rosa di Grana che otterrete così: mettete in un padellino antiaderente del Grana grattugiato a coprire il fondo, ponetelo sul fuoco e, appena sciolto e dorato ma ancora morbido, toglietelo dal padellino e dategli la forma di una coppa appoggiandolo sul fondo di un bicchiere capovolto.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# RISOTTO CON CATALOGNA E INVOLTINO DI SARDE



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Carnaroli gr. 250  
Olio extravergine d'oliva gr. 40  
Scalognò gr. 30  
Aglio n. 1 spicchio  
Brodo vegetale lt. 1  
Catalogna cotta gr. 200  
Grana Padano gr. 50  
Burro gr. 40  
Buccia di limone q.b.  
Filetti di sarde n. 8  
Prezzemolo tritato gr. 5  
Foglie di alloro n. 1  
Vino bianco secco n. 1 bicchiere piccolo

## PROCEDIMENTO

Tritate e soffriggete in gr. 20 di olio lo scalognò e lo spicchio d'aglio e rosolate. Rimuovete l'aglio prima di aggiungere il riso, che farete tostare. Bagnate man mano che necessiti con il brodo vegetale.

A metà cottura aggiungete la catalogna già cotta e sminuzzata.

Mantecate con Grana Padano, buccia di limone grattugiata e prezzemolo.

Mettete in una teglia con olio, burro e uno spicchio d'aglio schiacciato i filetti di sarde, salate e pepate e passateli in forno per 5 minuti a 180°.

Togliete la teglia dal forno, spruzzate con il vino bianco, lasciate evaporare, arrotolate i filetti di sarde fermandoli con uno stuzzicadenti.

Servite in piatto singolo, adagiando l'involentino al centro del risotto. Guarnite a piacere.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# MINISTRA DI RISO E GALLINA



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Originario gr. 120  
Gallina kg. 1  
Mazzetto guarnito di erbe aromatiche  
Carota gr. 50  
Cipolla gr. 50  
Sedano gr. 20  
Grana Padano gr. 40  
Sale e pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

Fate cuocere in un tegame di terracotta con due litri e mezzo di acqua la gallina con il mazzetto guarnito, il pepe e il sale necessario a ebollizione dolcissima.

A cottura ultimata togliete la gallinella e tenetela in caldo con un poco del suo brodo.

Filtrate del brodo con una salvietta, rimettetelo nella pignatta, portate a bollore e gettatevi il riso. Fate cuocere, al dente, rimettendovi la gallina disossata tagliata a listarelle, mescolate con il Grana Padano grattugiato, regolate di sale e pepe e servite caldo.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆



# TIELLA DI RISO E COZZE



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Carnaroli gr. 200  
Cozze kg. 1  
Pomodorini di Pachino gr. 300  
Patate gr. 200  
Cipolle bianche gr. 30  
Pecorino grattugiato gr. 80  
Prezzemolo tritato gr. 6  
Aglio n. 2 spicchi  
Olio d'oliva q.b. - Sale q.b.  
Brodo vegetale gr. 750

## PROCEDIMENTO

Lavate le cozze, quindi con un coltellino aprite le valve.  
Mettete in una teglia uno strato di cipolle

tagliate a fette sottili, cospargetele con la metà del trito di aglio e prezzemolo, disponetevi sopra la metà dei pomodorini e la metà del pecorino. Salate, sistemate nel recipiente uno strato di fette di patate (metà del quantitativo) e distribuitevi sopra il riso dopo averlo lavato.

Sul riso collocate le cozze, cospargetele con il rimanente trito di aglio e prezzemolo, i pomodorini spezzettati e tutte le patate a fette.

Irrorate la preparazione con l'olio e copritela con gr. 750 di brodo vegetale.

Mettete la teglia in forno a 180°, lasciandola sino a cottura del riso.

Si serve anche tiepido.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆◆

**riso  
facile**



# RISOTTO PRIMAVERA CON RAGÙ DI LUMACHE



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Roma gr. 250  
Scalogni gr. 100  
Olio extravergine d'oliva gr. 50  
Grana Padano gr. 60  
Vino bianco secco cl. 0.20  
Lumache grosse n. 24  
Pomodori gr. 150  
Salvia e rosmarino, tritati gr. 5  
Brandy n. 1 bicchierino  
Punte d'ortiche gr. 200  
Sale e pepe q.b.  
Brodo vegetale lt. 1

## PROCEDIMENTO

Tritate gr. 30 di scalogno e fatelo imbiondire in due cucchiai di olio, unite il riso. Aggiungete il bicchiere di vino bianco secco e fatelo evaporare: continuate la cottura del

riso, aggiungendo il brodo e poi il Grana Padano grattugiato. Toglietelo dal fuoco con qualche minuto di anticipo sul tempo di cottura e versate il risotto in formine individuali ben imburrate e tenete in caldo.

In precedenza avrete preparato il ragù, tostando gr. 70 di scalogno tritato nell'olio e aggiungendo le lumache precedentemente lessate per 40 minuti in acqua salata e tagliuzzate, facendo rosolare bene e fiammeggiare con il Brandy.

Aggiungete i pomodori privati della pelle e dei semi e tagliati a listarelle e, dopo due minuti, le punte di ortiche sbollentate, scottate e tagliate grossolanamente. Salate e pepate quanto basta.

Capovolgete su un piatto ben caldo le formine con il risotto e guarnite tutto intorno col ragù di lumache.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆◆





# RISOTTO CON CAPESANTE IN CREMA DI CURRY



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Carnaroli gr. 300

Capesante n. 12

Burro gr. 80

Vino bianco secco n. 1 bicchiere

Brodo vegetale lt. 1

Sale q.b.

### Per la salsa

Scalogo gr. 20

Cavolo n. 1 foglia - Zucchina n. 1

Sale q.b. - Curry n. 2 cucchiari

Latte lt. 0.5

Olio extravergine d'oliva gr. 20

## PROCEDIMENTO

Per il risotto.

Fate un brodo vegetale con sedano, carota,

prezzemolo e porro.

In un tegame fate scottare le capesante con il trito di gr. 10 di scalogno imbiondito, gr. 20 di burro e un cucchiaino di olio, bagnando col vino bianco. Mettete da parte.

Preparate un risotto bianco mantecato con il rimanente burro, usando il brodo vegetale. A cottura ultimata servitelo cosperso di salsa, con tre capesante per persona.

Per la salsa.

Rosolate lo scalogno rimanente in olio con il cavolo e la zucchina tagliata fine, aggiungete il curry, mescolate bene, unite il latte e cuocete a fuoco medio per 10 minuti. Passate il tutto sino ad ottenere una salsa cremosa.

Incorporate infine le capesante e cuocete per 30 secondi.

DIFFICOLTÀ ♦♦♦



# SFORMATO DI RISO RUSTICO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Baldo gr. 240  
Burro gr. 150  
Carciofi n. 4  
Fegatini di galletto n. 4  
Aglio n. 1 spicchio  
Salvia qualche foglia  
Olio extravergine d'oliva dl. 1  
Marsala vergine n. 1/2 bicchiere  
Brodo di pollo e cipolla q.b.  
Sale e pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

In una teglia coperta, stufate in olio, burro e uno spicchio d'aglio intero i carciofi mondati e tagliati a spicchi sottili, salate a cottura e tenete in caldo.

Tuffate per 2 minuti i fegatini in acqua bollente salata, calateli in padella, passateli in burro imbiondito con salvia, togliete la salvia e bagnate i fegatini con il Marsala; lasciate ridurre ed infine tenete in caldo a fuoco morbido.

Nel frattempo, avrete cotto il riso in brodo di pollo e cipolla ed ancora caldo riempite delle formine singole imburrate, che sformerete rapidamente su di un piatto caldo; decorate con spicchi di carciofo e lamelle di fegatini, irrorando il tutto con il fondo di cottura ben caldo dei fegatini stessi.

DIFFICOLTÀ ♦♦♦



# TIMBALLO DI RISO E CARNI BIANCHE IN CREMA DI PEPERONI



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Carnaroli gr. 150  
Zucchine gr. 40  
Carote gr. 40  
Melanzane gr. 100  
Burro gr. 120  
Olio extravergine d'oliva gr. 100  
Filetto di maiale gr. 100  
Filetto di vitello gr. 100  
Petto di pollo gr. 100  
Peperoni rossi n. 4  
Cipolla gr. 80  
Brodo di manzo dl. 2,5  
Panna acida cl. 6  
Pepe e sale q.b.

## PROCEDIMENTO

Lessate il riso al dente in acqua salata e scolate; nel frattempo tagliate le verdure pulite a dadini e scottatele in acqua salata. Passate ora il riso e le verdure in gr. 40 di burro e gr. 40 di olio e conservateli al caldo. Rosolate con l'olio rimanente le carni e il pollo, mantenendoli rosa all'interno.

Tritate finemente la cipolla e imbionditela nel burro rimanente e aggiungete i peperoni a pezzi, ben puliti. Bagnate con il brodo. Cuocete per 20 minuti e passate al mixer. Insaporite la salsa con la panna, il pepe e il sale.

Affettate sottilmente le carni e disponetele sui piatti caldi. Pressate il riso in piccole forme e capovolgetelo al centro.

Nappate il riso con la crema di peperoni e spolverizzate il tutto con prezzemolo tritato.

DIFFICOLTÀ ♦♦♦



# RISOTTO D'AUTUNNO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Vialone Nano gr. 240  
Pernice n. 1  
Sedano (solo il cuore) gr. 40  
Carota gr. 40  
Cipolla bianca gr. 20  
Rosmarino la punta di un rametto  
Pancetta n. 2 fette  
Scalognò gr. 30  
Vino bianco n. 2 bicchieri  
Calvados n. 1/2 bicchiere  
Olio extravergine d'oliva dl. 1  
Burro gr. 100  
Brodo gr. 100  
Grana Padano grattugiato gr. 50  
Sale e pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

Avvolgete la pernice ben pulita nella pancetta e rosolatela in poco olio e burro, insaporite col rosmarino, aggiungete le verdure tagliate a cubetti, cuocete per 5 minuti circa, fiammeggiate col Calvados e metà vino bianco, continuate la cottura a fuoco morbido e teglia coperta.

A cottura ultimata, ritirate la pernice, staccatene i petti, tagliateli a filettini e tenete in caldo; passate al setaccio il fondo di cottura e, se ne avete la possibilità, "torchiate" la carcassa della pernice, che unirete al fondo di cottura e terrete in caldo. In gr. 30 di scalognò imbiandito in poco burro tostate il riso, bagnate con vino bianco, lasciate evaporare, aggiungete il brodo e, dopo qualche minuto, il fondo di cottura della pernice. A cottura ultimata, fuori dal fuoco, mantecate con burro e Grana Padano, servite in un piatto caldo, decorando con i filetti di pernice.

DIFFICOLTÀ ♦♦♦♦



# INVOLTINI DI RISO E PORCINI ALLE BIETE E SEPIE NEL LORO NERO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Vialone Nano gr: 200  
Seppie gr: 200  
Cipolla gr: 60  
Timo n. 1 rametto  
Olio extravergine d'oliva dl. 1  
Foglie di bieta gr: 100  
Vino bianco secco dl. 1  
Brodo vegetale n. 1 bicchiere  
Pepe bianco gr: 3  
Sale e pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

Pulite le seppie e tagliatele a julienne, tenete da parte le vesciche con il nero.  
Rosolate in olio metà cipolla tritata, unitevi

le seppie, rosolate, bagnate con il vino, salate, pepate e cuocete con il coperchio per 20 minuti. Toglietene metà tenendole al caldo, unite il nero diluito con qualche goccia di vino alla prima metà di seppie e cuocete per 3-4 minuti.

Sbollentate le foglie più grandi delle biete e stendetele a raffreddare. Rosolate la rimanente cipolla, unite il riso, tostate, coprite a filo con del brodo vegetale, continuate la cottura come per un normale risotto per altri 16-18 minuti.

Spalmate su ogni foglia di bieta gr: 30 di riso, arrotolate e chiudete a fagottino.

Disponete gli involtini in forno, pepate e irrorate con un po' d'olio.

Gratinate in salamandra e servite con le seppie in bianco e in nero.

DIFFICOLTÀ ♦♦♦



# TIMBALLO DI RISO E PORCINI ALLA FONDUTA DI TALEGGIO TARTUFATA



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Vialone Nano gr. 250  
Cipolla gr. 30 - Burro gr. 100  
Grana Padano grattugiato gr. 50  
Funghi porcini n. 4 - Scalogno gr. 20  
Brodo di carne dl. 1 - Sale e pepe q.b.

### Per la fonduta di Taleggio

Taleggio gr. 200 - Tartufo bianco gr. 30  
Latte dl. 2 - Panna dl. 2

## PROCEDIMENTO

Rosolate con gr. 50 di burro lo scalogno tritato finemente con sale e pepe. Coprite e cuocete in forno a 180° per almeno 5 minuti.

Pulite i funghi porcini e tagliate a pezzetti i gambi, conservando le teste. Fate rosolare la cipolla tritata in una parte del burro, unite

i gambi dei porcini, lasciate che perdano umidità, versate il riso, tostandolo leggermente. Coprite con una parte di brodo bollente e mescolate e continuate la cottura. A fine cottura mantecate con burro e Grana Padano.

Riempite degli stampini individuali di alluminio che capovolgerete in una pirofila coperta dalla fonduta di Taleggio. Adagiate le lamelle di fungo, precedentemente fatte rosolare in padella, sopra ogni sformatino e servite con tartufo bianco d'Alba in stagione.

Per la fonduta.

Marinate nel latte il Taleggio, tagliato a dadini e privato della crosta, per circa 2 ore. Sgocciolatelo, sistematelo in una casseruola, unite la panna e il latte e, senza mescolare, a fiamma dolce, lasciate cuocere fino ad ottenere una crema vellutata.

Versate sui piatti la fonduta e posatevi al centro i timballini di riso ben caldi.

DIFFICOLTÀ ♦♦♦



# RISOTTO CON CONIGLIO ARROSTO E PEPERONI DOLCI



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Sant'Andrea gr. 250  
Coniglio intero kg. 1  
Brodo di carne gr. 300  
Peperoni dolci gr. 150  
Grana Padano grattugiato gr. 100  
Vino bianco secco ml. 100  
Burro gr. 50  
Olio extravergine d'oliva gr. 100  
Senape in grani gr. 20  
Porro n. 1 - Carota n. 1  
Costa di sedano n. 1 - Aglio n. 2 spicchi  
Sale e pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

Tagliate il coniglio a pezzi, conservando quattro pezzi del dorso. Cuocetelo al forno per 45 minuti a 200° in una teglia con tutti

gli ortaggi, gli odori, gr. 70 di olio, sale e pepe. Verso fine cottura unite anche il dorso.

A cottura ultimata togliete il coniglio dal forno, spolpatelo e tagliate la polpa a julienne, conservando il dorso. Con le ossa ed il fondo di cottura preparate una salsa molto densa, da aromatizzare con la senape in grani, quindi sgrassate la salsa e filtratela.

In una casseruola fate tostare il riso, bagnate con il vino bianco, lasciate evaporare e unitevi il brodo.

Pulite i peperoni e tagliateli a julienne, rosolateli in padella con il rimanente olio, sale e pepe. Ultimate la cottura del riso, unite i peperoni ed il coniglio e mantecate con burro e Grana Padano.

Disponete il risotto a mezzaluna e completate con il dorso di coniglio diviso in 4 parti, e irrorate il risotto con la salsa profumata alla senape in grani.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆◆



# RISOTTO CON PESCE PERSICO E CREMA DI ERBETTE E SCALOGNO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Carnaroli gr: 250  
Pesce persico gr: 800  
Scalogni n. 8  
Erba cipollina e maggiorana q.b.  
Marsala lt. 0,5  
Brodo di pesce q.b.  
Pinoli gr: 6  
Sale e pepe q.b.  
Olio extra vergine d'oliva gr: 100  
Cipolla gr: 20  
Verdure per il brodo  
Cipolla gr: 20  
Carote gr: 20  
Sedano gr: 20  
Alloro n. 2 foglie

## PROCEDIMENTO

Fate sobbollire il pesce persico in acqua salata e le verdure per il brodo, tiratelo fuori e diliscatelo, passando poi il brodo che servirà successivamente per il riso.  
Fate ridurre il Marsala e lasciatelo raffreddare. Da parte fate bollire i piccoli scalogni puliti in acqua salata, raffreddateli e immergeteli nel Marsala per un'ora.  
In una padella per riso fate soffriggere la cipolla tritata nell'olio, versate il riso, tostato e bagnatelo poco per volta per 7 minuti. Aggiungete poi la polpa di pesce persico e proseguite per altri 7 minuti.  
Mentre il riso cuoce, preparate una crema frullando le erbe con i pinoli e olio.  
Una volta cotto il riso, mantecatelo con questa crema, comprimetelo in piccole forme e servitelo con due scalogni marinati a testa.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆◆





# RISOTTO CON TRIGLIE E ZENZERO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Carnaroli gr: 250  
Triglie n. 12 da gr: 55 caduna  
Zenzero gr: 100 - Scalogno gr: 30  
Olio extravergine d'oliva cl: 20  
Gambi di sedano gr: 20  
Cipolla media bianca gr: 20 - Carota gr: 20  
Vino bianco secco cl: 20  
Foglia di alloro n. 1  
Gambi di prezzemolo n. 3  
Farina di grano duro gr: 60  
Sale e pepe q.b. - Prezzemolo tritato q.b.

## PROCEDIMENTO

Per il brodo.

In un pentolino mettete a rosolare la carota, il sedano e le cipolle con una foglia di alloro e i gambi di prezzemolo. Quando le verdure sono ben rosolate mettete le lische

delle triglie precedentemente pulite e fatele rosolare per bene, aggiungendo del vino bianco q.b. A evaporazione completa del vino aggiungete al composto 1/2 litro di acqua e lasciate bollire per circa un'ora.

Per il risotto.

In una pentola mettete a tostare il riso con 2 cucchiaini di olio e lo scalogno lasciando tostare bene e girando continuamente.

Raggiunta la temperatura aggiungete pian piano il brodo di triglia bollente.

A metà cottura del riso mettete metà dei filetti di triglia precedentemente cotti a vapore (salati e pepati).

A cottura del riso mantecate e comprimitelo in piccole forme; scottate velocemente in un padellino i rimanenti filetti di triglie precedentemente passati nella farina di grano duro; disponeteli sul piatto come guarnizione del risotto assieme allo zenzero tagliato a fettine e fritto.

DIFFICOLTÀ ♦♦♦♦



# RISO E RANE IN FRICASSEA



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso parboiled gr: 250  
Rane kg: 1  
Brodo n. 1 bicchiere piccolo  
Sedano gr: 20 - Carote gr: 20  
Cipolla gr: 30 - Aglio gr: 2  
Prezzemolo tritato gr: 5  
Limone n. 1  
Olio extravergine d'oliva gr: 60  
Burro gr: 40 - Uova n. 1  
Panna gr: 20 - Zafferano n. 1 bustina  
Brandy n. 1 bicchierino  
Vino bianco secco n. 1 bicchiere

## PROCEDIMENTO

Per la fricassea di rane.  
Fate un battuto di sedano, carota e cipolla; imbonditelo in gr: 20 di burro e gr: 40 di olio. Aggiungete le coscette di rana, salate e

pepate. Rosolate bene. Aromatizzate con abbondante prezzemolo tritato, un'idea di aglio e con la buccia di limone tagliata a julienne. Bagnate con cognac e fiammeggiate. Versatevi del vino bianco secco e fate consumare. Bagnate a filo con buon brodo e portate a termine la cottura. Togliete le coscette di rana dall'ingotolo e spolpatele. Nel fondo di cottura passato al setaccio versate un mestolo di brodo, portate a ebollizione e, fuori dal fuoco, preparate una salsa con succo di limone, panna, tuorli d'uovo, pepe nero. Mantenetela in caldo per il riso.

Per il riso.

Lessate in acqua salata il riso di qualità lunga per almeno 18 minuti. Scolatelo, fatelo saltare con il rimanente burro e olio in una padella con lo zafferano, amalgamandovi le coscette di rana disossate e la salsa.

DIFFICOLTÀ ♦♦♦♦



# RISOTTO CON TRIPPA DI MAIALE



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Roma gr: 200  
Trippa gr: 200  
Cipolla gr: 40 - Sedano gr: 15  
Timo gr: 5 - Brodo di carne lt. 1  
Burro gr: 30  
Grana Padano gr: 50  
Olio, sale e pepe q.b.  
Maggiorana q.b. - Alloro n. 1 foglia  
Aglio n. 2 spicchi  
Vino bianco n. 2 bicchieri  
Olio extravergine d'oliva gr: 60

## PROCEDIMENTO

Lavate molto bene la trippa, portatela a bollore per circa 15 minuti, scolatela e risciacquatela, tagliatela a listarelle e poi rifatela bollire con metà carota, cipolla e sedano fino a cottura. Fate soffriggere con olio la rimanente carota, la cipolla e il sedano trita-

ti, aglio e alloro, poi aggiungete la trippa e continuate la cottura. Bagnate con il vino bianco, fate evaporare bene, poi aggiungete il pomodoro e lasciate sul fuoco ancora per 5 minuti, aggiungendo un po' di brodo se necessario.

Dopo aver preparato la trippa, frullatene 3/4 e conservatene una parte per la salsa. Soffriggete nel burro uno spicchio d'aglio con cipolla, sedano tritato, timo e maggiorana. Quando il fondo è ben insaporito aggiungetevi il riso e fatelo tostare. Bagnate un poco alla volta con il brodo, portate a cottura e prima di togliere dal fuoco aggiungete la trippa frullata. Mantecate con il Grana Padano grattugiato. Imburrate degli stampini, riempiteli con il risotto e premete bene, capovolgeteli nei piatti e servite, guarnendo con la rimanente trippa.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆◆



# RISOTTO MANTECATO CON GAMBERONI E FEGATO D'OCA



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Carnaroli gr: 250  
Gamberoni interi gr: 400  
Fegato d'oca gr: 100  
Spumante brut dl. 1  
Cipolla gr: 20  
Aglio fresco n. 2 spicchi  
Brodo di gamberi q.b.  
Spinaci in foglie gr: 100  
Timo q.b.  
Sale q.b.  
Olio extravergine d'oliva q.b.  
Vino bianco secco n. 1 bicchiere

## PROCEDIMENTO

Sgusciate i gamberoni, privateli del budello, tagliateli a metà nel senso della lunghezza e conservateli. Fate brasare le carcasse con lo spicchio d'aglio e l'olio, unite il vino bianco secco, l'acqua e portate ad ebollizione. Marinare il fegato d'oca nello spumante con il timo per 24 ore a + 4 gradi. Tagliatelo a fettine, asciugatelo e rosolatelo in padella con l'olio. Spadellate i gamberoni con olio e uno spicchio di aglio, il poco necessario, fiammeggiate con dl. 1 del liquido di marinatura. Tostate il riso con olio e cipolla tritata, sfumate con il restante liquido di marinatura, aggiungete poco alla volta il brodo bollente; a tre quarti di cottura unite i gamberoni, gli spinaci e regolate di sale. Servite nei piatti caldi il risotto e disponete al centro la fetta di fegato d'oca ben calda.

DIFFICOLTÀ 



# SFORMATO DI RISO E ASPARAGI CON PANE NERO



## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Vialone Nano gr. 280  
Cipolla bianca gr. 50  
Aglio fresco n. 1 spicchio  
Cotica gr. 150  
Asparagi gr. 300  
Pane nero rafferma gr. 200  
Brodo vegetale cc. 700  
Pecorino gr. 30 - Grana Padano gr. 30  
Aceto cc. 50 - Alloro n. 1 foglia  
Olio, sale, pepe q.b.

## PROCEDIMENTO

Fate soffriggere in un po' d'olio metà cipolla, l'aglio, gr. 75 di cotica, cotta in precedenza e tagliata finemente, e la metà delle punte degli asparagi tritate. Lasciate insaporire, quindi aggiungete il riso e fatelo tostare. Bagnando mano a mano col brodo vegetale, portate a

cottura e mantecate con l'olio, pecorino e Grana Padano.

Sbollentate le rimanenti punte degli asparagi. Grattugiate parte del pane nero rafferma e bagnatelo leggermente in brodo e aceto. Foderate il fondo di stampini individuali con le punte degli asparagi tagliate nel senso della lunghezza, le pareti con il pane grattugiato e riempiteli con il risotto.

Mettete in forno per 5 minuti a 160°.

Preparate la salsa facendo soffriggere in un po' d'olio la restante cipolla bianca, l'alloro, la cotica, sale e pepe. Fate appassire, aggiungete la restante mollica di pane bagnata e allungate con il brodo.

Eliminate l'alloro, frullate e passate allo chinois; aggiustate di densità e di sapore.

Versate questa salsa a specchio sul piatto e adagiatevi il risotto, capovolgendo lo stampino. Servite decorando a piacimento.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆◆



# IL RISO SCATENA LA FANTASIA

Proprio così: il riso può essere utilizzato per preparare un intero pranzo, dagli antipasti al dolce e tutto ciò grazie alla sua versatilità, perché il riso è un alimento leggero, nutriente, saporito e naturale, perché arriva sulle nostre tavole come nasce nei campi, senza alcuna trasformazione.

Per ottenere buoni risultati in cucina è però opportuno scegliere il riso più adatto ad ogni ricetta.

Il CHICCO TONDO (*Originario, Balilla, ecc.*) è ideale per preparare ottime minestre in brodo, timballi, dolci, crocchette, arancini, riso e latte.

Il CHICCO MEDIO: fanno parte della famiglia il *Vialone Nano*, che per le sue caratteristiche garantisce un'eccezionale tenuta di cottura, ideale per i risotti, il *Padano*, che ha un alto contenuto di amido che lo rende particolarmente indicato per la preparazione di riso in bianco o al sugo, sartù, supplì, contorni, il *Ribe*, a struttura compatta, da preferire nelle preparazioni d'insalate, piatti unici, riso all'onda.

Il CHICCO LUNGO A: comprende i tipi *Baldo, Roma, Sant'Andrea*, ma soprattutto *Arborio* e *Carnaroli*, i preferiti dagli chef. L'*Arborio* è perfetto per preparare stupendi risotti mantecati. Il *Carnaroli* ha una buona capacità di assorbimento ed un'eccellente tenuta di cottura. Sono quindi ideali per la preparazione di risotti raffinati.

Il CHICCO LUNGO B (*Thaibonnet*): è caratterizzato dalla sua forma lunga e stretta che lo rende adatto per la preparazione di un ottimo contorno.

Al riso lavorato o bianco che abitualmente consumiamo si aggiungono il *riso integrale*, con un maggiore contenuto in fibra e valori nutritivi più elevati, e il *riso pairboiled*.

Quest'ultimo è prodotto in tre tipi: *pairboiled a cottura rapida*, cuoce in 5 minuti, *pairboiled normale*, perfetto per le insalate di riso e *pairboiled integrale*, per chi ama la cucina macrobiotica. Il *pairboiled* ha una tenuta di cottura superiore a quella consueta dovuta alla lavorazione a cui è sottoposto. Scottato con il vapore e fatto asciugare su di un letto di aria calda, imprigiona in ogni chicco vitamine, fibre, sali minerali e sapore.

Ecco qualche regola generale per abbinare ad ogni tipo di riso il tempo di cottura più indicato:

12 minuti per il *chicco tondo*

13 minuti per il *chicco medio*

16/17 minuti per il *chicco lungo*

10/12 minuti per il *chicco pairboiled*





© COPYRIGHT 2002: ICIF  
FINI STAMPARE NEL MESE DI NOVEMBRE 2002  
FICA SANTHIATESE (SANTHÌA - VC)



## ZONE DI COLTIVAZIONE DEL RISO ITALIANO



Piazza Pio XI, 1 20122 Milano



tel. 02.88.55.111 Fax 02.86.55.03 - 02.86.13.72

www.ente-risi.it e-mail: info@enterisi.it