

un fior di risotto!

Scritto da chiara chiaramonte



ingredienti

1/2 cipolla

circa 200 grammi di fiori di zucca puliti

circa 200 grammi di riso per risotti (ci sono diverse scuole di pensiero sul tipo di riso da risotto. c'è chi ama l'arborio c'è chi ama il roma. Fate voi)

vino (preferibilmente bianco) avanzato da qualche cena.

olio d'oliva.

preparazione

affettate la mezza cipolla e fatela rosolare su una padella a fuoco vivo con dell'abbondante olio d'oliva. Appena sarà imbiandita, aggiungete una sorsata di vino e fate evaporare.

aggiungete il riso e spadellate con il cucchiaino di legno abbassando un po' la fiamma.

Appena l'olio si sarà assorbito, aggiungete ancora un po' di vino, e continuate a spadellare, e poi piano piano aggiungete dell'acqua e fatela assorbire spadellando anzi ARRIMINANDO

un fior di risotto!

Scritto da chiara chiaramonte

sempre, e aggiungete dopo 5 minuti i fiori di zucca tagliati grossolanamente. E spadellate e spadellate e spadellate.

Aggiungete acqua e spadellate.

Salate a vostro piacere e aggiungete qualche pizzico di curcuma.

Non smetterò mai di esaltare le doti di questa spezia che è detta anche lo zafferano delle indie! È una pianta erbacea, perenne, rizomatosa della famiglia delle zingiberacee, È chiamata anche turmeric, oppure kunyit o haldi in alcune regioni asiatiche. È possibile trovarla in Asia sudorientale, Polinesia e Micronesia. L'India è il primo produttore mondiale di curcuma. Il suo ingrediente attivo è la curcumina che ha un sapore terroso, amaro, piccante ed estremamente volatile, mentre il colore si conserva nel tempo. Il nome zafferano delle Indie deriva dal fatto che dalla rizoma giallo della curcuma si ottengono la polvere di curcuma, una spezia molto usata nella gastronomia indiana e asiatica in generale, e la curcumina, sostanza gialla adoperata in tintoria e in chimica.

Appena il risotto avrà raggiunto la giusta cottura, e questo dipende dal riso che avete scelto, spegnete il fuoco e lasciate riposare per qualche minuto prima di servire.

Consiglio: quando preparate questo risotto, preventivate un po' di più delle porzioni che vi servono... perché domani, con il risotto che rimane, ci facciamo LE ARANCINE!