

MIS RECETAS

Falso risotto de verduras

(También se obtiene puré de verduras)

INGREDIENTES

1 patata

1 puerro

2 zanahorias

Un trozo grande de apio

4 rábanos

Un par de espárragos trigueros

Un trozo de pimiento rojo

Un trozo grande de calabaza (o media calabaza pequeña)

1 cebolla

1 tomate

1 hoja de laurel

Aceite de oliva virgen extra, sal y agua

1 diente de ajo

1 taza de Arroz bomba

Vino blanco

Queso parmesano

La Habitación de Alexandra

Esta es en realidad una receta de aprovechamiento ya que puedes utilizar las verduras que tengas por casa, no tienen que ser necesariamente las que hemos utilizado nosotros. Además es doble porque parte de un puré para la niña en la que para cocer todas las verduras añadimos más agua de la necesaria haciendo así un caldo que nos servirá para este falso risotto.

Digo falso porque el arroz que hemos usado es arroz bomba, pero más o menos la idea es la de un risotto italiano.

No os asustéis al leer la lista de ingredientes, es cierto que la receta lleva muchísimas verduras pero tened en cuenta que no es necesario hacerla tal cual. Nosotros hemos aprovechado la gran cantidad de verduras que teníamos para otra receta pero podéis simplificarla (o complicarla) mucho más, incorporando, sustituyendo o quitando las verduras que más rabia os den.

MODO DE PREPARACIÓN	
	<i>Puré y Caldo para el risotto</i>
1.	<i>Picamos todas las verduras (menos el ajo) en trozos pequeños y reservamos parte de la cebolla, el puerro, la zanahoria, la calabaza, el rábano y los espárragos que nos servirán para el sofrito del risotto.</i>
2.	<i>En una cazuela grande echamos un chorrito de aceite y sofreímos un poco todas las verduras (menos las reservadas para el risotto). Cuando estén un poco pochadas agregamos la hoja de laurel y cubrimos hasta casi llenar la cazuela con agua. Salamos ligeramente. Dejamos hervir a fuego medio durante media hora aproximadamente.</i>
3.	<i>Retiramos la hoja de laurel, colamos el caldo y lo reservamos para nuestro rissotto.</i>
4.	<i>Las verduras las trituramos haciendo un puré (como os he dicho esta es una receta doble).</i>
NOTA	<i>Es importante tener en cuenta que el caldo para el risotto ha de estar caliente por lo que si vamos a hacerlo en el momento conviene dejar el caldo en una cazuela y a fuego lento para mantener la temperatura.</i>

La Habitación de Alexandra

MODO DE PREPARACIÓN

	<i>Risotto de verduras</i>
1.	<i>Mantenemos el caldo en una cazuela a fuego medio para que no pierda temperatura.</i>
2.	<i>En una sartén tipo skillet o en una cazuela baja (similar a una sartén) sofreímos el ajo bien picado y las verduras que hemos reservado. Cuando estén pochadas agregamos el arroz y removemos bien. Incorporamos un chorrito generoso de vino blanco y dejamos evaporar.</i>
3.	<i>Añadimos un poco de caldo y vamos removiendo con frecuencia, según vaya evaporándose el caldo en la sartén seguimos agregando más (uno o dos cazoos cada vez). Es muy importante que el caldo que agreguemos esté caliente para no interrumpir la cocción del risotto. Probamos y si vemos que es necesario corregimos el punto de sal.</i>
4.	<i>Seguimos así hasta que notemos que el arroz está en su punto (tierno por fuera, un poco al dente por dentro). Aproximadamente son 3 tazas de caldo (el triple que de arroz).</i>
5.	<i>Cuando esté en su punto retiramos del fuego y añadimos el parmesano rallado (la cantidad que queramos), removemos y dejamos reposar unos minutos antes de servir.</i>