

COOKING COACHING

RISOTTO ALLA MELAGRANA



 Sonia vegetti

feelFIT cooking coach

Ciao,

Sono davvero felice che tu abbia scelto di scaricare la mia ricetta del Risotto alla Melagrana.

In pieno autunno, questo risotto non eccessivamente elaborato e decisamente elegante, ti permetterà di assaporare qualcosa di speciale e di fare decisamente bella figura se lo volessi preparare in occasione di una cena tra amici o, perché no, anche a Natale.

Dolce e lievemente acidulo per la parte fruttata, viene poi smorzato nelle sue parti più dure dal formaggio.

Non devi fare altro che sperimentare e farmi sapere come andrà.

In caso di dubbi, domande o perplessità...scrivimi su whatsapp (333 2474225) e ti saprò aiutare con grandissimo piacere.

Sonia



RISOTTO ALLA MELAGRANA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 gr riso Carnaroli
2 melagrane mature
1 scalogno
Brodo vegetale
(homemade)
Mezzo bicchiere di vino
bianco secco
30 gr burro
3 cucchiaini Grana padano
grattugiato
2 cucchiaini Olio evo
Sale e pepe

OCCORRENTE:

Tagliere - coltello -
tegame largo dai bordi
bassi - mestolo

PROCEDIMENTO

Sgrana una melagrana con delicatezza (come ti ho indicato sul mio articolo) e spremi l'altra per ottenere il succo (va bene uno spremiagrumi)

Scalda due cucchiaini d'olio nel tegame, aggiungi lo scalogno tritato finemente e fai stufare per pochi minuti aggiungendo brodo vegetale caldo poco alla volta

Unisci il riso, fai tostare per un paio di minuti e aggiungi il vino; lascia evaporare completamente e successivamente aggiungi il succo della melagrana e porta il risotto a cottura, aggiungendo un mestolo di brodo ben caldo alla volta.

A fine cottura, regola di sale e pepe, toglì dal fuoco, unisci i chicchi della melagrana, il burro e il formaggio grattugiato

Mescola e lascia mantecare a pentola coperta per un paio di minuti

NOTE

Altre sperimentazioni:

- Prova a sostituire il vino bianco secco con vino rosso fermo, lo renderai più grintoso
- Prova a sostituire il grana padano con caprino o gorgonzola, accentuerai il contrasto dolce/acidulo della melagrana con il piccante del formaggio



Sonia vegetti
feelFIT cooking coach

Sonia Vegetti

333 2474225

www.soniavegetti.it

info@soniavegetti.it