

Thermomix TM31

Risotto pavese alla certosina, guazzetto di prezzemolo e crescione

Tempo totale di esecuzione: 1 h 30 min., Tempo di preparazione manuale: 25 min.,
Tempo di utilizzo di Bimby: 1 h 5 min.

Ingredienti per 4 porzione/i:

Per il guazzetto:

- 1 spicchio di aglio
- 450 g di acqua bollente
- 30 g di riso Originario
- 50 g di prezzemolo fresco, le foglioline lavate e asciugate
- 100 g di crescione d'acqua
- 4 cubetti di ghiaccio

Per il brodo:

- 50 g di piselli freschi cotti a vapore
- 10 rane (solo la carcassa, tenere le 20 cosce per il risotto)
- 1000 g di acqua
- 1 cipolla, tagliata in quarti
- 2 gambi di sedano a pezzi
- 1 mazzetto di prezzemolo fresco
- 1 di aglio
- 2 foglia foglie di alloro fresche
- ½ cucchiaino di pepe bianco in grani
- 2 foglie di porro
- ½ cucchiaino di coriandolo (bacche)

Per il risotto:

- 100 g di cosce di rana cotte a vapore e spolpate
- 4 cucchiaino di trito aromatico di verdure (cipolla, carota, sedano e zucchina)
- 60 g di olio extravergine d'oliva
- 100 g di code di gamberi di fiume già pulite
- sale q.b.
- pepe q.b.
- 240 g di riso Carnaroli
- vino bianco q.b.
- 650 g di brodo di rane
- 20 g di burro morbido
- 30 g di Parmigiano Reggiano grattugiato
- 1 cucchiaino di prezzemolo tritato
- 1 pomodoro a dadini
- 20 cosce di rana impanate e fritte



Esecuzione

Preparare il guazzetto:

1. Scottare l'aglio per 3 volte in 150 g d'acqua, cambiandola ogni volta e tenendola da parte. Scottare poi in acqua salata in ebollizione le due erbe per almeno 1 min. e raffreddare subito in acqua ghiacciata.
2. Versare nel boccale l'acqua di cottura dell'aglio (circa 300 g) e il riso: **20 min./100°C/vel. 1** (deve essere molto cotto). Unire lo spicchio d'aglio precedentemente scottato, le erbe, i cubetti di ghiaccio e frullare: **30 sec./vel. 7**, eventualmente salando se necessario, fino ad ottenere una salsa molto verde. Tenere da parte.

Per il brodo:

3. Disporre nel recipiente del Varoma i piselli con le cosce di rana per il risotto e tenere da parte (vedi lista ingredienti per il risotto).
4. Mettere nel boccale tutti gli altri ingredienti per il brodo e cuocere: almeno **20 min./100°C/vel. 1**.
5. A metà cottura posizionare il Varoma. Raffreddare i piselli in acqua molto fredda, spolare le cosce di rane e tenere da parte (peso finale 100 g).

Per il risotto:

6. Preparare il trito aromatico di verdure: **5 sec./vel. 7**, lasciarne 2 cucchiaini nel boccale e tenere da parte il resto.
7. Unire 20 g d'olio, i piselli cotti a vapore, le cosce di rane spolpate e i gamberi e insaporire: **3 min./100°C/vel. 1** aggiustando di sale e pepe. Tenere da parte.
8. Soffriggere 20g d'olio con gli altri 2 cucchiaini di trito aromatico: **2 min./100°C/vel. 1**, unire il riso e tostare bene: **3 min./100°C/vel. 1**.
9. Sfumare con vino bianco, lasciare evaporare, bagnare con 600 g di brodo bollente e continuare la cottura: **15 min./100°C/vel. 1**. Aggiungere altro brodo se necessario per avere un risotto morbido e unire verso la fine il sugo di rane, gamberi e piselli. Al termine mantecare con il burro a pezzetti, 20g. d'olio, il parmigiano, il prezzemolo e il pomodoro a dadini. Il riso deve risultare "all'onda".
10. Versare nel piatto un po' di guazzetto riscaldato fino a coprire il fondo, aggiungervi il risotto e guarnire con qualche coscia di rana precedentemente impanata e frita.

Curiosità

Fin dall'antichità, alle rane sono state attribuite proprietà altamente nutritive e medicamentose, sono infatti ricche di proteine, ferro e pressoché prive di grassi. Il loro brodo veniva somministrato a chi era in convalescenza o aveva problemi digestivi, perchè nutriente e digeribile.

Autore: Chef Enrico Gerli - Ristorante I Castagni - Vigevano (PV)

Informazioni

Bimby con: Varoma

Nutritional values per 1 porzione/i:

Valore nutritivo:	2901 kJ
Valore nutritivo:	693 kcal
Proteine:	16,7 g
Carboidrati:	65 g
Grassi:	42,5 g

Nutritional values per 100 g:

Valore nutritivo:	481 kJ
Valore nutritivo:	115 kcal
Proteine:	2,8 g
Carboidrati:	10,8 g
Grassi:	7 g

Grado di difficoltà: medio

Costo: elevato