



### ***IL PIU' STRAORDINARIO DEI CEREALI :IL RISO***

***Non starò a decantarvi le virtù di questa graminacea acquatica che alimenta oggi più della metà della popolazione mondiale: in Cina lo si coltiva da almeno 5000 anni, già 2000 anni prima di Cristo era diffuso in tutta l'Asia, comparve in Europa grazie ad Alessandro Magno nel 350 a.c., ma la sua coltivazione nei paesi mediterranei fu introdotta dagli arabi. Fu la dominazione spagnola del XVI-XVII secolo a portarlo in Italia e a fare della pianura padana il suo maggior produttore .***

***Le varietà sono innumerevoli ,comuni, fini, semifini, superfini, integrali Parboiled, ci si perde nei tipi e nelle varietà in commercio. Di seguito vorrei darvi alcune indicazioni per le cotture di base, per passare poi a qualche ricetta "insolita"***



### **BASE PER IL RISOTTO**

***Il risotto costituisce il modo più classico di cucinare il riso almeno in Italia, cambiando ingredienti a seconda delle regioni: qui i suggerimenti per fare quello più semplice***

*Ingredienti: 400 gr di riso*

*1 cipolla*

*50 gr di burro ,2 cucchiaini d'olio*

*1 litro di brodo*

*Fate bollire il brodo. Tritate finemente la cipolla e fatela imbianchire in olio e metà del burro senza farla annerire. Unite il riso e fatelo rosolare bene, mescolando*

*con cucchiaio di legno finché non diventa lucido. A questo punto, bagnatelo poco alla volta con il brodo, attendendo che il liquido sia del tutto assorbito prima di aggiungerne altro. Assaggiatelo ogni tanto per controllare la cottura, ma tenetelo un po' al dente, mantecatelo con il burro rimanente e prima di servirlo lasciatelo riposare un pochino*



### **RISO ALLA PERSIANA**

*Ingredienti : 400 gr di riso basmati*

*½ bicchiere d'olio*

*Acqua, sale*

*Cuocete il riso in acqua salata per 10 minuti, scolatelo e passatelo sotto l'acqua tiepida. Fate scaldare in una casseruola l'olio con un pochino d'acqua, poi unite il riso lentamente cercando di formare una cupola. Coprite e cuocete per circa*

*30 minuti senza mai mescolare; a questo punto mettete la pentola a bagno in acqua fredda per far staccare la crosta croccante sul fondo e sulle pareti, mescolate e servite. Nella cucina persiana il riso è accompagnamento di altre pietanze, come se fosse un contorno, ma questo è già gustosissimo così*



### **RISO PILAFF**

*Ingredienti :400 gr di riso*

*Acqua corrispondente al doppio del volume del riso*

*1 cipollina*

*50 gr di burro, sale*

*In una pirofila da forno rosolate la cipolla con il burro, scaldare il forno a 200° e in un'altra pentola portate l'acqua ad ebollizione. Versate il riso nella pirofila e fatelo rosolare, aggiungete l'acqua, mescolatelo e copritelo con un coperchio. Infornate per 18 minuti esatti. A fine cottura conditelo con un po' di burro. Anche questa preparazione, di origine turca, (pilaff in turco significa riso) si adatta ad accompagnare piatti tipicamente orientali.*



### **RISOTTO CON PERE, NOCCIOLE E TALEGGIO**

*Ingredienti : 400 gr di riso carnaroli*

*1 cipollina*

*50 gr di burro*

*1 litro di brodo*

*½ bicchiere di vino bianco*

*200 gr di taleggio*

*50 gr di nocciole già pulite*

*1 grossa pera*

*Salvia, timo, rosmarino, sale, pepe*

*Avviare un normale risotto, rosolando la cipolla tritata nel burro, versare il riso facendolo brillare un po', e sfumarlo con il vino bianco: proseguire aggiungendo il brodo poco alla volta. Lavare bene la pera e senza sbucciarla tagliarla in 8/10 fettine nel senso della lunghezza eliminando solo il torsolo. Tritare grossolanamente le nocciole con il timo, la salvia e il rosmarino. In una padella antiaderente, sciogliere una noce di burro e rosolare delicatamente le fettine di pera, unire sale, pepe poi il trito di nocciole: MI RACCOMANDO LE PERE NON DEVONO SCUOCERE ! Tagliare il taleggio a dadini e mantecare il riso che nel frattempo avrà completato la cottura. Servire guarnendo i piatti con le fettine di pera aromatizzate con le erbe e le nocciole*  
***Posso darvi certezza che questo risotto sia ...."paradisiaco", il profumo delle erbe si sposa splendidamente con la dolcezza della pera, la morbidezza del taleggio fuso fa da unione a tutto il resto....***



### ***ANELLO DI RISO ALLE VERDURE***

***Consiglio di preparare questo gustoso primo piatto se avete ospiti numerosi e "in piedi", questo piatto ben si presta ad una cena con queste caratteristiche***

*Ingredienti per 10-12*

*Risotto : 700 gr di riso carnaroli  
70 gr di burro  
60 gr di cipolla tritata  
70 gr di vino bianco  
50 gr di parmigiano grattugiato  
3 bustine di zafferano  
3 uova  
1,300 l. circa di brodo ,olio, sale*

*Condimento: 250 gr di carote  
250 gr di zucchine  
200 gr di funghi  
200 gr di sedano  
500 gr di polpa di pomodoro  
150 gr di cipolla  
250 gr di mozzarella  
2 spicchi d'aglio*

*Olio extravergine d'oliva, sale, burro per lo stampo*  
*Lavate e pulite le verdure, tagliatele a dadini piccolissimi tenendoli separati.*  
*In un tegame, versate 4-5 cucchiari d'olio e appassitevi il trito di cipolla e i due*  
*spicchi d'aglio, che avrete lasciato interi per poterli poi eliminare: aggiungete le*  
*dadolate in quest'ordine ,prima sedano e carote e dopo 2-3 minuti i funghi e le*  
*zucchine. Dopo circa 5 minuti di rosolatura versatevi la polpa di pomodoro e*  
*lasciate che il ragù si addensi un po' regolando di sale solo alla fine. Nel*  
*frattempo avviate il risotto appassendo la cipolla tritata in 2 cucchiari d'olio*  
*,unite il riso,tostatelo, bagnatelo con il vino bianco e proseguite la cottura con*  
*il brodo e lo zafferano.*

*A  $\frac{3}{4}$  di cottura togliete dal fuoco,mantecate con il burro,le uova e se fosse*  
*necessario un po' di sale. Imburrate uno stampo ad anello con il foro al centro*  
*e riempitelo con la metà del riso ,formando al centro un " canale" che*  
*riempirete*

*con la metà del ragù e la mozzarella tagliata a fettine, quindi coprite con il*  
*riso restante. Cuocete coperto a bagnomaria nel forno a 200° per circa 40*  
*minuti; capovolgetelo su un piatto da portata e servitelo versando parte del*  
*ragù al centro e parte in una salsiera*



### **RISOTTO ALL'ARANCIA**

*Ingredienti .400 gr di riso*

*50 gr di burro*

*1 cipollina tritata*

*2 arance non trattate*

*brodo*

*1 bicchiere di brandy*

*1 peperoncino, parmigiano grattugiato,prezzemolo,sale*

*Soffriggete il burro e la cipolla ,unite il peperoncino e il riso mescolando finchè*  
*non sfrigola, a questo punto unite il brandy, il succo delle due arance e una*  
*piccola grattatina della scorza. Quando il liquido sarà evaporato per terminare*  
*la cottura bagnate con il brodo. Alla fine mantecate con il burro,spolverizzate*  
*con il prezzemolo e servite*

**Non può mancare alla fine di questo nostro incontro con il riso una "dolcezza" . E' una ricetta sul filo della memoria, quando da bambina**

**trascorrevo le mie vacanze estive a casa della mia nonna paterna a Forte dei marmi, lei toscana doc la torta di riso mi ha insegnato a farla così:**



### **TORTA DI RISO**

*Ingredienti: 300 gr di zucchero*

*400 ml di latte*

*120 gr di riso vialone nano*

*30 gr di uvetta*

*8 uova*

*1 limone non trattato*

*70 ml di rhum*

*1 noce di burro*

*1 cucchiaio di farina, zucchero a velo per decorare*

*Lessate il riso per circa 15 minuti, lasciandolo al dente, scolatelo e fatelo raffreddare. In una coppa frullate uova e zucchero fino ad avere un composto spumoso; a parte intiepidite il latte. Incorporate alle uova la scorza di limone grattugiata, l'uvetta ammollata, il rhum, il latte e mescolate ;per ultimo unite il riso cotto e raffreddato. Imburrate e infarinate una tortiera, versate l'impasto, infornate a 180° per 1 ora. Appena fredda spolverizzate con zucchero a velo*  
**Accompagnatela con un vino MALVASIA del CHIANTI PASSITO e .....**  
**dividetela con chi amate ... sarà una goduria !!!**

**RISO e PROSPERITA' : un'antica leggenda cinese racconta di un genio buono che per salvare la popolazione dalla carestia seminò in un campo i suoi denti, come fossero semi, raccomandando alla popolazione di irrigare abbondantemente: da quei "semi" nacquero le puntine di riso con il quale la popolazione poté sfamarsi. Da qui il riso avrebbe acquisito caratteri di abbondanza e prosperità che ancor oggi**

*noi gli riconosciamo quando lo lanciamo sugli sposi all'uscita della*



*chiesa .....*