

Risotto allo zafferano

Il **risotto allo zafferano** è un primo piatto a base di riso della tradizione lombarda, da non confondersi con il risotto alla milanese che presenta alcune differenze di preparazione e una più marcata differenza in gusto.

Il **risotto allo zafferano** è un piatto molto semplice da preparare, leggero e colorato, che piace solitamente anche ai bambini. Se avanza si può utilizzare facilmente per preparare tortini, polpettine di riso o crocchette.

Il **risotto allo zafferano** nella sua variante più tradizionale si prepara con il brodo di carne, ma se volete un sapore più leggero si può preparare anche con un ottimo brodo vegetale. Allo stesso modo è possibile sostituire il burro con l'olio extravergine di oliva.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **420Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **vegetariana**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 1 l di Brodo vegetale
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 1 cipolla bionda di piccole dimensioni
- 160 g di riso
- 1 bustina di zafferano
- 20 g di Parmigiano Reggiano
- Sale

PREPARAZIONE

- Scaldare il brodo.
- In una pentola da risotto mettere l'olio e tritarvi molto finemente la cipolla.
- Accendere il fuoco e far rosolare la cipolla a fiamma dolce fintanto che non diventa trasparente. In genere occorrono dai 5 ai 10 minuti. Se la cipolla tende a colorare troppo aggiungere un paio di cucchiai di brodo caldo.
- Trascorso il tempo indicato alzare la fiamma, unire il riso e farlo tostare per un paio di minuti mescolando di continuo con un cucchiaio di legno.
- Aggiungere 4-5 mestoli di brodo bollente e impostare il timer secondo i minuti di cottura del tipo di riso che si sta usando (solitamente 15-18 minuti).
- Continuare unendo il brodo man mano che viene assorbito, mescolando di tanto in tanto, senza lasciare che il composto si asciughi troppo, altrimenti cuocerebbe male ed in modo discontinuo.
- A metà cottura aggiungere lo zafferano stemperato in un cucchiaio di brodo e regolare di sale.
- Trascorso il termine di cottura del riso spegnere il fuoco, quindi mantecare con il Parmigiano e far riposare un minuto prima di servire.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.



VARIANTE VEGAN

Omettere il Parmigiano Reggiano.

I consigli di Barbara

Se la cipolla è troppo grande usarne solo metà, oppure sostituirla con uno scalogno.