

# Risotto acciughe e radicchio

Il **risotto acciughe e radicchio** è un primo piatto a base di riso veloce da preparare, leggero e anche piuttosto economico, nonostante sia molto buono e saporito. Il costo delle acciughe è infatti molto contenuto.

Il **risotto acciughe e radicchio** può essere servito come primo piatto per aprire un pasto a base di pesce, ma è ottimo anche come piatto unico per un pasto leggero, seguito da un'insalata mista.

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **415Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **light**

## INGREDIENTI

- 4 filetti di alice sott'olio
- 1 scalogno
- 60 g di radicchio rosso (peso al netto degli scarti)
- 1 l di Brodo vegetale
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 160 g di riso
- 50 ml di vino bianco secco
- Sale

## PREPARAZIONE

- Scolare i filetti di alici e tamponarli con carta da cucina. Spezzettarli grossolanamente.
- Tritare molto finemente lo scalogno.
- Affettare il radicchio, lavarlo ed asciugarlo in una centrifuga da insalata oppure tamponarlo con uno strofinaccio pulito. Tritarlo grossolanamente su un tagliere utilizzando un grosso coltello o la mezzaluna.
- Scaldare il brodo.
- In una pentola da minestra mettere l'olio, lo scalogno tritato, le alici e far rosolare a fiamma dolce.
- Unire un paio di cucchiaini di brodo e proseguire la cottura a fiamma dolce per 3-4 minuti.
- Alzare la fiamma, unire il riso e farlo tostare per un minuto mescolando continuamente con un cucchiaino di legno.
- Unire il vino, farlo evaporare sempre mescolando, quindi unire 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.
- 5 minuti prima della fine del tempo di cottura del riso, unire il radicchio.
- Mescolare continuamente e portare a fine cottura.
- Spegnere il fuoco, e regolare di sale assaggiando prima perchè le alici e il brodo potrebbero già aver dato il giusto grado di salato al piatto.
- Lasciare riposare un paio di minuti e servire.

## STAGIONE

Gennaio, febbraio, marzo, ottobre, novembre, dicembre

## AUTORE

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

