

Risotto Brie e zucchine

Il **risotto Brie e zucchine** è una ricetta che unisce il sapore dolce delle zucchine a quello cremoso e caratteristico del Brie. Preferire zucchine di piccola dimensione, i cui cubetti non si rompono troppo in cottura.

Il **risotto Brie e zucchine** è anche un piatto semplice da preparare. Va preparato in una pentola piuttosto larga, perchè il riso deve tostare assieme alle zucchine. E' importante che sia dotata di coperchio perchè a fine cottura deve riposare un minuto prima di essere servito. Tenerlo un po' liquido perchè tende ad asciugare durante il riposo.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **450Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **vegetariana**



INGREDIENTI

- 100 g di zucchine piccole e sottili
- 1 cipolla bionda
- Mezzo carota
- 2 rametti di prezzemolo
- Mezzo spicchio di aglio
- 40 g di Brie
- 1 cucchiaino di sale grosso per il brodo
- 1 l di acqua per il brodo
- 2 cucchiai di olio extravergine di oliva
- Sale fino
- 180 g di riso Vialone Nano o Carnaroli

PREPARAZIONE

Preparazione degli ingredienti

1. Lavare le zucchine ed eliminare le estremità, che saranno da conservare da parte. Ridurle a cubetti.
2. Pelare la cipolla e ridurla a spicchietti.
3. Lavare la carota, eliminare le estremità e affettarla.
4. Lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tenere da parte i gambi.
5. Tritare finemente le foglie di prezzemolo. Io in genere uso la mezzaluna su un tagliere.
6. Spellare l'aglio e tritarlo finemente, oppure spremerlo con l'apposito attrezzo.
7. Ridurre il Brie a cubetti.

Preparazione del brodo

1. Mettere in una pentola gli scarti delle zucchine, la cipolla, le carote, i gambi del prezzemolo spezzettati e il sale grosso.
2. Unire l'acqua, portare la pentola sul fuoco e far bollire. Cuocere per 20 minuti a fiamma dolce.
3. Eliminare le verdure, filtrare e tenere a bollore durante la preparazione del risotto.

Preparazione del risotto

1. Per la preparazione con questa tecnica occorre una pentola molto larga, altrimenti il riso non tosta.
2. Mettere nella pentola l'olio, l'aglio tritato e il prezzemolo, tenendone un po' da parte per la fine della cottura.
3. Portarla sul fuoco e far soffriggere dolcemente. Attenzione: l'aglio non deve bruciare, quindi fuoco dolce e mai allontanarsi dalla pentola.
4. Unire le zucchine, un pizzico di sale, mescolare bene e cuocere per 5 minuti coperto. Il fuoco deve essere medio-basso. Mescolare di tanto in tanto.
5. Trascorso il tempo indicato scoperchiare, alzare la fiamma e unire il riso.
6. Farlo ben tostare, girando di continuo, per un minuto.
7. 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).
8. 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.
9. Spegnerlo quando il riso è al dente, unire il formaggio, il prezzemolo tenuto da parte e mescolare bene. Coprire e lasciar riposare un minuto prima di servire.

STAGIONE

Marzo, aprile, maggio, giugno, luglio, agosto, settembre, ottobre

AUTORE

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

I consigli di Barbara

Se avanza questo risotto può essere steso in una pirofila, coperto di Parmigiano o altro formaggio da grattugia e conservato in frigorifero ben coperto per 1 giorno. Al momento di consumarlo gratinarlo nel forno a 200°C per una decina di minuti.