

RISOTTO CON CAPESANTE

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (4 cucchiaini)
- sale
- burro (50g)
- riso (350g)
- 4 scalogni
- panna liquida (100ml)
- rucola (un mazzetto)
- 8 capesante
- vino bianco secco (65ml)
- pepe nero

Come si prepara

Lavate la rucola e tritatela grossolanamente.

Lasciatela appassire per un paio di minuti in un tegame con qualche cucchiaino di olio e due scalogni tritati, quindi passatela al frullatore insieme alla panna.

Aggiustate di sale e pepe e rimettete sul fuoco finchè la salsa non si sarà ispessita.

Nel brodo in ebollizione, preparato con due dadi in un litro e mezzo di acqua, fate scottare per pochi minuti le capesante sgusciate, quindi spegnete il fuoco e lasciatevi dentro i molluschi.

In una pentola a parte fate ammorbidire, con pochissimo olio e a fuoco basso, i rimanenti scalogni tritati finemente, unitevi il riso e fatelo tostare.

Irrorate con il vino bianco e, quando sarà evaporato, proseguite la cottura del riso aggiungendo un mestolo alla volta di brodo da cui avrete tolto le capesante.

Poco prima del termine della cottura del riso, unite la crema alla rucola e le capesante tagliate a fettine, spegnete il fuoco e lasciate mantecare prima di servire in tavola.

Difficoltà: 3

Tempo: 30



Tabella nutrizionale

Valore energetico	269 kcal 1126 kJ
-------------------	---------------------

Tags

pesce, molluschi, risotti, Risotto con capesante, coquille Saint Jaques

