

Risotto alla Zucca



Preparazione: 30 minuti, per 2 persone

140 g di riso

70 g di zucca tipo butternut

½ cipolla

¼ di spicchio d'aglio

4-5 fili di erba cipollina

Burro di soia

Dado vegetale

Un paio di pomodori ciliegini

Un pezzetto di scorza di limone grattugiata

Marsala

Sale marino, Olio di oliva

Mettete sul fuoco una pentola con mezzo litro d'acqua, un pizzico abbondante di sale ed un mezzo dado vegetale. Lasciate andare fino a completo scioglimento del dado, e tenete in caldo. Dotatevi di un riso da risotto, Carnaroli può andar bene. Tagliate la zucca grossolanamente in pezzi grossi come una noce, la cipolla finemente ed altrettanto finemente il micro pezzo d'aglio. Scaldate in tegame capiente qualche cucchiaio d'olio, lasciate imbiondire la cipolla affettata e l'aglio, quindi versate il riso. Lasciate tostare un paio di minuti, girando vigorosamente. Sfumate con una mezza tazzina di Marsala o vino bianco se preferite. Aggiungete i pezzi di zucca, la scorza del limone grattugiata, quindi versate un paio di mestoli di brodo vegetale, mescolando una tantum; dopo qualche minuto aggiungete i pomodori ciliegini tagliati in quartini, spellati se siete particolarmente "tecnici". Continuate così aggiungendo mestoli una volta assortito il liquido, fino a cottura (circa venti minuti). Sì la zucca va d'accordo con la salvia ed il rosmarino,

ok. Ma il tocco “alternativo” dell’erba cipollina, fresca beninteso, datemi retta, rende il piatto vagamente esotico e vi fa far bella figura. A questo punto, perciò, aggiungete l’erba cipollina tagliata finemente ed un pezzo di burro di soia (o margarina, o olio –ma il risultato non è proprio lo stesso-) e mescolate, a fuoco spento, con un cucchiaino di legno per creare l’effetto “onda” . Lasciate riposare un paio di minuti e servite.

www.veganriot.it