

Risotto asparagi e stracchino

Il **risotto asparagi e stracchino** è un gustoso primo piatto semplice e veloce da preparare, adatto anche a un pranzo di festa. Il sapore degli asparagi viene arricchito dalla nota lievemente acida dello stracchino, assieme alla cremosità tipica di questo formaggio.

Il **risotto asparagi e stracchino** è un piatto tipico del periodo primaverile, quando gli asparagi sono nel pieno del loro sapore, freschi e a buon prezzo. Se li trovate, preferite quelli più grossi. Le punte rimangono intatte e le fettine del gambo mantengono una certa consistenza.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **530Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 250 g di asparagi
- 1 l di Brodo vegetale
- 1 scalogno
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- 160 g di riso tipo Vialone Nano o Carnaroli
- 50 ml di vino bianco secco nero macinato al momento
- 50 g di stracchino
- 20 g di Parmigiano Reggiano grattugiato

PREPARAZIONE

- Lavare accuratamente gli asparagi sotto acqua corrente, rimuovere la parte bianca del gambo, raschiarli con un coltello non troppo affilato per togliere le foglioline sul fusto, facendo molta attenzione a non toccare le punte, fragili e delicate.
- Tagliare le punte ed affettare la restante parte tenera del gambo nello spessore di 4-5 millimetri.
- Scaldare il brodo.
- Tritare molto finemente lo scalogno.
- Mettere in una pentola da minestra piuttosto ampia l'olio, lo scalogno e portarla sul fuoco.
- Farlo dorare dolcemente con un paio di cucchiaini di brodo e un pizzico di sale.
- Alzare la fiamma, unire gli asparagi (tenendo da parte le punte) e lasciar insaporire per un paio di minuti a fiamma vivace mescolando.
- Unire un mestolino di brodo, un pizzico di sale, una macinata di pepe e cuocere a fiamma dolce, coperto, per 3-4 minuti.
- Trascorso il tempo indicato scopercchiare, alzare la fiamma e far asciugare il liquido in eccesso.
- Aggiungere il riso e farlo tostare mescolando fino a quando non è traslucido. Di solito occorrono un paio di minuti.
- Sfumare con il vino bianco, mescolando fino a far evaporare la parte alcolica.
- 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 le punte di asparagi e regolare di sale.
- Mescolare continuamente e portare a fine cottura.
- Spegnerne il fuoco, unire lo stracchino a pezzetti, il Parmigiano e mescolare bene fino a quando i formaggi si sono fusi e amalgamati al riso.
- Se il risotto tende ad asciugare troppo aggiungere un altro po' di brodo in modo da regolare la densità secondo il proprio gusto personale.
- Lasciare riposare un minuto coperto prima di servire.

STAGIONE

Marzo, aprile, maggio, giugno

AUTORE

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



VARIANTE VEGETARIANA

Utilizzare un formaggio senza caglio animale al posto del Parmigiano Reggiano, tipo il Verdiano.