

Risotto de Rucola

VITACRESS™

*O melhor em folhas
jovens e inteiras™*

4 Pessoas
Fácil
Económico
40 Minutos

Ingredientes:

- 1 embalagem de Rucola (normal ou selvagem) VITACRESS
- 300 g de arroz carolino
- 1 cebola picada finamente
- 50 g de parmesão raspado
- 1 dl de vinho branco
- 1 L de caldo de galinha
- 60 g de manteiga
- Sal e pimenta q.b.

Preparação:

Ferva o caldo de galinha. Junte-lhe a Rucola VITACRESS, deixe-a cozer durante 2 minutos e escorra-a. Reserve o caldo em local quente.

Leve um tacho ao lume com 40 g de manteiga, deixe-a derreter e cozinhe nela a cebola até ficar translúcida. Junte-lhe o arroz e mexa até estar quente e brilhante.

Adicione o vinho e volte a mexer até evaporar. Deixe o arroz cozinhar em lume brando, durante 20 minutos, mexendo uma vez por outra, adicionando o caldo aos poucos para que o arroz o possa ir absorvendo.

Quando faltarem 5 minutos, junte-lhe a Rucola VITACRESS, mexa e deixe terminar de cozer. Retire do lume, acrescente a restante manteiga e o queijo. Mexa, rectifique de sal, tempere de pimenta e sirva o risotto quente.

Sugestão do Chefe: o caldo de galinha pode ser preparado com 1 litro de água a ferver e dois cubos de caldo de galinha.

