




Le
GRANDI
Nonne
IL BUONO DELLE NONNE

• **Risotto con crema di zucca salmone affumicato e pan di spezie** •

	20 minuti
	per 6-8 persone
	540 kcal per persona

INGREDIENTI

- 500 g di Grandiriso Carnaroli
- 1,5 brodo vegetale
- ½ zucca Delica sbucciata e tagliata a pezzetti
- 6 fette di salmone affumicato scozzese a listarelle
- ½ limone solo il succo
- 150 g di panna fresca
- 3 fette di pan di spezie
- 50 ml di olio
- 1 scalognov
- Sale

PREPARAZIONE

Mettete la zucca in un piccolo tegame con un dito di acqua, 2 chiodi di garofano e un ciuffetto di burro e pochi grani di sale grosso. Stufate la zucca coperta fino a che sarà cotta, poi scoprite e fate asciugare sul fuoco per concentrare gli zuccheri, quando l'impasto risulta cremoso e compatto passatelo al passaverdure.

Nel frattempo brasate nell'olio lo scalognov, poi versate il riso, tostatelo e aggiungete il brodo, a metà cottura aggiungete la crema di zucca, aggiustate di sale e portate a cottura, tostate le fette di pan di spezie e passatelo velocemente al mixer cercando di ottenere delle briciole grandi. Quando cotto, mantecate con la panna ed il succo di limone, aggiungete all'ultimo il salmone, mescolate e servite con sbriciolato sopra il pan di spezie.


I consigli dell'esperta
NUTRIZIONISTA DOTT. PRIMO VERCELLI

Zucca e salmone: un abbinamento ricercato e gustoso!

Il salmone ricco di grassi polisaturi si sposa divinamente con la leggerezza del riso e la delicatezza della zucca, ricco di proprietà nutritive e salutari.

