

30 Μαρτίου 2018

Ριζότο με λαχανικά

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Γαστρονομία](#)



ΥΛΙΚΑ

2/3 φλιτζανιού ελαιόλαδο

1 μικρή σκελίδα σκόρδο πολτοποιημένο

1 μικρό κρεμμύδι τριμμένο

1 φλιτζάνι ψιλοκομμένα μανιτάρια

1 πράσο σε λεπτές ροδέλες

1 καρότο κομμένο σε λεπτές λωρίδες (ζυλιέν)

1 μέτρια ντομάτα,αποφλοιωμένη, δίχως σπόρους, κομμένη σε κυβάκια1

½ φλιτζάνι ρύζι Καρολίνα

½ κούπας λευκό ξηρό κρασί

3½ φλιτζάνια ζεστό ζωμό λαχανικών

αλάτι φρεσκοτριμμένο πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μια κατσαρόλα λιώνετε το Χωριό βιολογικό soft με ελαιόλαδο και σοτάρετε το κρεμμύδι, τα μανιτάρια, το πράσο, το καρότο και την ντομάτα, μέχρι να μαλακώσουν για 5-6 λεπτά .

Προσθέτετε το ρύζι και το ανακατεύετε μέσα στα σοταρισμένα λαχανικά.

Ρίχνετε το κρασί και ανακατεύετε πάνω σε δυνατή φωτιά 3-4λεπτά, ώσπου να εξατμιστεί. Αλατοπιπερώνετε με προσοχή αν ο ζωμός που θα χρησιμοποιήσετε είναι ήδη αλμυρός.

Προσθέτετε το ζωμό λαχανικών λίγο - λίγο, ανακατεύοντας συνεχώς . Όταν το ρύζι απορροφήσει τον ζωμό ρίχνετε και άλλο συνεχίζοντας να ανακατεύετε το ρύζι.

Συνεχίζετε την διαδικασία, μέχρι να μαλακώσει το ρύζι εξωτερικά αλλά να κρατάει λίγο εσωτερικά (θα χρειαστεί 20' περίπου)

Κατεβάζετε το ριζότο από τη φωτιά, προσθέτετε το υπόλοιπο Χωριό βιολογικό soft με ελαιόλαδο.

Πηγή: minervahorio.gr