Pau | al xup-xup



PLATS PRINCIPALS

Risotto de camagrocs

2 racions · 854 kcal

Ingredients

- Arròs carnaroli
- 1 ceba de Figueres petita
- 1 grapat de pinyons del país (els allargats)
- 1 grapat de camagrocs secs (si no és temporada)
- 1 vaset de sake català
- Caldo de pollastre (o verdura)
- Formatge de cabra
- Oli d'oliva verge extra de l'Empordà

PER RACIÓ

Proteïnes	18 g
Greixos	33 g
Hidrats	91 g
Fibra	5,3 g

Elaboració

1. Fes un bon caldo de pollastre
2. Posa els camagrocs en remull
3. Torra uns pinyons del país i, quan estiguin lleugerament torrats, reserva'ls
4. Sofregeix la ceba i, quan estigui ben translúcida, afegeix-hi els camagrocs
5. Agafa un bon arròs carnaroli i banya'l amb un sake català
6. Junta-ho tot i remena, afegint el caldo a poc a poc
7. Quan faltin dos minuts, corregeix de sal i pebre i afegeix una mica de la grassa del caldo
8. Fon el formatge de cabra amb moviments envolvents, amb el foc al mínim
9. Serveix el risotto ben cremós
10. Afegeix-hi un rajolí d'oli d'oliva de l'Empordà

Fet amb CookNest