Recetas SAL Y PIMIENTA🌺



PLATOS PRINCIPALES

Risotto verde con setas y tejas de queso

20min · 4 raciones · 529 kcal

Ingredientes

- **1/2** brick de 200 ml de nata líquida
- **1 litro** de caldo de pollo o de verduras
- Setas variadas
- **1** cebolla
- **1/2** aguacate
- **1/2 bolsa** de hojas de espinacas
- Queso parmesano
- Arroz de risotto o arroz bomba (unos 350 gramos)
- Sal y pimienta molida
- Aceite de oliva

POR RACIÓN

Proteínas	**16 g**
Grasas	**16 g**
Hidratos	**81 g**
Fibra	**5,4 g**

Elaboración

1. Freímos las hojas de espinacas con aceite unos minutos y añadimos nata líquida, un poquito de sal y queso parmesano
2. Sacamos, añadimos el aguacate y trituramos todo con la batidora
3. Troceamos la cebolla y las setas y lo salteamos en esa misma olla con aceite dejando que se haga a fuego medio hasta que vaya cogiendo color
4. Añadimos el arroz (dos puñados por persona) y el caldo cubriendo todo
5. Dejamos que se haga 18-20 minutos a fuego lento, añadiendo más caldo y nuestra mezcla verde de espinacas cada vez que sea necesario
6. Añadimos un trozo de parmesano y removemos
7. Salpimentamos, ponemos mucho queso parmesano por encima y servimos

TEJAS DE QUESO

8. Rayamos queso y lo ponemos en una sartén antiadherente en forma de círculo
9. Retiramos con ayuda de una espátula cuando veamos que se empieza a dorar

RECOMENDACIONES

Si se pone un poco de limón, el color verde quedará más vivo. Yo le he puesto también cebollino troceado y tejas de queso.

Hecho con CookNest



Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA🌺

cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta