

Com fer un Risotto

Ingredients (per a 4 persones):

- 750 ml. de brou (aprox.) (*)
- 1 Ceba
- 250 gr. d'arròs de qualitat, especial risotto (**)
- 50 gr. de mantega a temperatura ambient
- 125 ml. got de vi blanc sec
- Sal, oli, mantega i pebre
- 150 gr. de parmesà rallat



Elaboració

A Itàlia tothom té clar com es fa un risotto. Em canvi aquí donem aquest nom a plats, que sense dubtar de que puguin resultar molt bons, NO són risottos.

Hi ha dos punts claus que ha de complir un risotto:

1.- Anar posant el brou de mica en mica a cullerots, sense deixar de remenar pràcticament ni un moment.

2.-No posar crema de llet. Els risottos NO porten crema de llet. La cremositat del risotto ve donada per l'alliberament de midó aconseguit a base de remenar. La untuositat li aporta la mantega i el formatge.

El dia que comenceu a fer risotto a casa vostre, deixareu de demanar risottos als restaurants, doncs com que quasi be es impossible que puguin remenar contínuament el risotto, recorren a la crema de llet per donar la sensació de cremositat. I sense discutir que el plat pugui ser bo, sempre notareu la textura de la crema de llet. Es fàcil d'entendre que un restaurant de preus continguts, no pot dedicar una persona a remenar !!

Anem a explicar com fer un risotto que pot servir de BASE a altres més sofisticats. Expliquem el RISOTTO PARMIGIANO també anomenat risotto BLANC. Qualsevol altre risotto es pot fer basat en aquest procediment i afegint els components necessaris.

Posem el brou a escalfar (d'au en aquesta recepta bàsica) i si veiem que ens podem quedar sense, cal que tinguem a punt un recipient amb aigua bullint.

En una cassola que mantingui be la calor, posem oli i mantega i la ceba a sofregir fins que quedi cuita i transparent (no daurada ni marron). Afegim l'arròs, remenant amb una espàtula de fusta i quan l'arròs comença a agafar un color més transparent, afegir un vas de vi blanc sec i deixar-lo reduir abans de començar a tirar el brou.

Ara comencem a afegir un cullerot o dos de brou (125cc) mantenint la barreja bullint i remenant constantment.

Quan veiem que el brou ha estat absorbit, un nou cullerot de brou (125cc) i seguim remenant fins que quedi absorbit (tampoc cal deixar que la barreja s'assequi massa!). I ja veieu el procediment a seguir fins que la cocció s'acabi.... Anar tirant cullerots i remenar fins el final.

Cal vigilar el foc durant el procés de manera que el risotto no deixi mai de bullir i controlar que no s'enganxi al fons.

El procediment dura en general menys de 20 minuts. Cal tastar de manera periòdica per veure el punt de cocció. Si s'acaba el brou, continuarem amb l'aigua que tenim en ebullició.

I el procés acaba en el moment en que cada gra d'arròs estigui tendre, però sense enganxar-se excessivament amb la resta de grans i el conjunt tingui aspecte cremós. Diuen a Itàlia que el risotto està a punt, quan al moure la cassola es forma com una onada cremosa... ells en diuen "all'onda".

Es el moment de retirar el recipient del foc, posar la mantega i el parmesà i remenar be. Això el farà encara més cremós. Rectificarem de sal i pebre i podem corregir la textura afegint una mica de brou sobrant (o aigua bullint) de manera que la consistència sigui més suau. I ja el podem servir, sense oblidar de deixar parmesà a l'abast dels comensals que en vulguin més. Val a dir que hi qui li agrada fer reposar el risotto, una petita estona abans de menjar-lo.

NOTES

(*) El brou pot ser d'au, de peix o de carn. Tot dependrà del risotto que voleu fer. Per fer un risotto bàsic, podem utilitzar un d'au. I sinó el volem fer casolà, existeixen brous preparats d'una certa qualitat.

(**) Es important que l'arròs sigui de qualitat. Si no el volem d'importació amb un bomba podem aconseguir bons resultats. Recordem que l'arròs és el responsable d'anar alliberant el midó.

Hi ha cuiners que prediquen que no cal remenar tota la estona ... Segurament tenen part de raó... però en tot cas millor no parar massa estona. Dedicar menys de 20 minuts a un plat tan deliciós, val la pena. I si sou dels que penseu que no cal tota l'estona, intensifiqueu el remenar a partir de mitja cocció per ajudar a alliberar el midó.

Els italians recomanen arròs italià... i en tenen de molt bons.

Els grans conserven la forma després de cuït, absorbeixen molt be els sabors, textura ferma i esponjosa i amb el nucli "al dente".

Cal destacar els següents:

CARNAROLI : El millor i més utilitzat. De gra mig, rodó i blanc. Super fi i de màxima qualitat. Molt midós (24%). Suporta molt be la cocció lenta, absorbeix molt líquid. Queda solt, fa espèssir i dona cremositat i untuositat al plat.

VIALONE: Recomanat per risottos de carn. No aguanta massa la cocció i cal vigilar que no es passi, ja que es cou abans que el carnaroli.

ARBOREO: Recomanat per risottos de peix. De gra més gran i amb menys midó.

En cas de no disposar de cap d'aquests tres, podríem arribar a utilitzar la varietat "BOMBA".

Papillota de Gambes i Bolets, amb aroma d'anís

Ingredients per a 4 persones:

20 gambes
450 gr. de bolets barrejats (llenega, rossinyol, fredolics, moixernons, ceps, ...)
½ llimona
Sal, Oli i Pebre negre
60 gr. de mantega
Julivert trinxat
60 cc crema de llet
20 cc d'anís sec
Paper d'alumini (gruixut) per fer les papillotes



Temps de preparació: 25 minuts

Procés d'elaboració:

Tallar el cap, treure el budell i pelar les cues de les gambes.

Agafar les cues pelades i posar: sal, pebre i unes gotes de llimona. Deixar macerar mentre anem preparant la recepta.

En una paella amb oli, saltejar els caps de les gambes. Xafar-los be perquè deixin anar tot el gust. Colar. Llençar els caps.

Escalfar el forn a 225°.

A la mateixa paella on ara tindrem l'oli (colat, de sofregir els caps) ben calent, saltejarem els bolets. A mitja cocció afegir sal i pebre. No deixar-los coure del tot. Reservar.

Damunt de cadascun dels 4 trossos de paper d'alumini, posarem:

- 1 tros de mantega
- 2 cullerades de bolets saltejats
- 5 cues de gamba
- Una mica de julivert
- Un raig de crema de llet
- Unes gotes d'anís

Embolicar les papillotes i que quedin ben tancades. Fer-hi un petit foradet, perquè quan ho servim a la taula no es desinflin amb el canvi de temperatura i arribin a cadascú ben inflades.

Forn a 225° durant 5 o 6 minuts.

Muntatge i servei del plat:

Servir les papillotes a taula damunt d'un plat. Cada comensal haurà de fer una finestra a l'alumini per començar-la a menjar.

Nota: Aquest plat també es pot fer fora de temporada de bolets. En aquest cas haurem de fer servir bolets secs, hidratant-los prèviament o fer-ne servir de conserva i/o congelats.

Risotto de Pera i Gorgonzola

Aquest plat es prepara amb el mateix arròs que qualsevol risotto, amb arròs carnaroli, vialone o el arborio, que tenen la qualitat d'absorbir molt líquid, i resultar melosos per fora i lleugerament "al dente" per dins.

Ingredients (per a 4 persones):

1 ceba

2 peres

250 gr. d'arròs Carnaroli (o Vialone o Arborio o Bomba)

125 ml Vi blanc sec

750 ml Brou lleuger (de pollastre o verdures)

125 gr. de formatge Gorgonzola

Oli i mantega

Sal, pebre, nou moscada (al gust)

Formatge Grana Padano o Parmesà, en escates.

Preparació:

Comencem posant a escalfar el brou fins a ebullició, baixem el foc al mínim i el mantenim sempre calent.

Pelar les peres, treure el cor i tallar a dauets. Saltejar-les lleugerament en una paella amb una mica d'oli i mantega. Reservar.

En una cassola, ofeguem la ceba ben picada amb mantega i oli. Quan estigui cuita i transparent (no daurada), afegim l'arròs uns 2 o 3 minuts. A continuació afegim el vi i deixem evaporar.

A continuació, anirem afegint el brou calent amb un cullerot, deixant que l'arròs l'absorbeixi, abans d'afegir un nou cullerot de brou. Alhora, anem remenant sense parar, fins que quasi estigui cuit (uns 16 minuts aproximadament).

Quan falti un minut per acabar la cocció de l'arròs, afegirem el formatge gorgonzola tallat a daus, remenarem be i també hi posarem els trossos de pera que teníem reservats.

Corregir de sal i pebre (al gust). Tapar, retirar del foc i reposar 1 minut.

Toc final i presentació a taula:

Servir immediatament i una vegada al plat, ficar-hi per sobre unes escates de parmesà.



Esponjós de Taronja

Pa de pessic ràpid al microones

Ingredients:

3 ous
1 iogurt grec
125 gr. de sucre
120 gr. d'oli d'oliva suau (o de gira-sol)
1 cullerada de sucre de vainilla (o gotes d'essència)
1 taronja (ratlladura i suc)
160 gr. de farina
½ sobre de llevat Royal
1 culleradeta de bicarbonat
1 raig de Cointreau o licor de taronja (opcional)

Preparació:

Batre molt be en un bol, el sucre amb els ous.

Afegir la ratlladura de la taronja (sense la part blanca). Fer-ne suc i afegir-lo també.

Incorporar ara el iogurt, l'oli, farina, sucre de vainilla, llevat i el bicarbonat. Barrejar be.

Abocar la barreja en un motlle rodó de silicona d'uns 25 cm Ø

Coure al microones: 6 minuts a 600 W. (3/4 de potencia)

6 minuts (aproximadament) a 800 W. (màxima potencia)

Deixar dins el microones, sense obrir, 5 minuts.

Comprovar, amb un escuradents, si està cuit del centre o posar-lo 1 minut més a màxima potencia.

Deixar refredar una mica i treure'l del motlle.

Es pot posar per sobre: sucre, alguna mermelada, xocolata o el que més ens agradi.

