



Orez cu fructe de mare congelate și proaspete, de la Chef Cristian Dumitru

Steps: 10

Difficulty Grad:

Ingredients

Portions

320 g	orez arborio	50 ml	ulei de măsline
150 g	ceapă	20 g	usturoi
100 ml	vin alb	75 g	mascarpone
30 g	unt	500 g	creveți cruzi
500 g	mix congelat de fructe de mare	10 g	sare
3 g	pipер mozaic	10 g	pătrunjel verde tocat

Instructions

Risotto cu fructe de mare este o rețetă emblematică din bucătăria italiană. Este preparat din doar câteva ingrediente, precum orezul cremos și fructele de mare proaspete, în orice combinație preferată. Aromele fructelor de mare și ale altor condimente, dintre care nu trebuie să lipsească ierburile ca pătrunjelul proaspăt, usturoiul și piperul, se îmbină pentru a crea un gust unic. Orezul cu fructe de mare congelate și proaspete poate fi servit ca fel principal sau ca aperitiv și poate fi personalizat prin adăugarea de legume sau ierburi proaspete.

Cele mai bune ingrediente care dau viață acestei rețete de risotto cu fructe de mare se găsesc la Selgros.

*Fă-ți lista cu toate cele necesare și vino unde toți profesioniștii și iubitorii de gastronomie își fac cumpărăturile! Te așteptăm cu sute de **ingrediente italienești** pentru rețetele tale favorite!*

Pasul 1. Pentru a găti orezul, ai nevoie de o supă, pe care o poți prepara din capetele creveților proaspeți. Curăță creveții de capete și intestine.

Pasul 2. Rumenește capetele într-o cratiță încinsă cu puțin ulei, apoi acoperă cu apă și lasă la fiert timp de 15 minute.

Pasul 3. Strecoară lichidul obținut, zdrobind capetele cu un polonic în sită, pentru a extrage toată aroma.

Pasul 4. Într-o cratiță cu mâner, pune 30 ml de ulei și sotează ceapa, până devine translucidă.

Pasul 5. Adaugă usturoiul și gătește-l timp de un minut, apoi pune orezul.

Pasul 6. După ce acesta s-a rumenit, stinge totul cu vin alb. După ce alcoolul s-a evaporat (circa 1 minut), toarnă un polonic de supă de creveți și amestecă orezul continuu.

Pasul 7. După ce supa a fost absorbită, toarnă din nou un polonic de lichid, repetând procedeul până ce orezul este fiert al dente.

Pasul 8. Stinge focul și pune în cratița cu risotto untul și brânza mascarpone, amestecând continuu până ce obții o consistență cremoasă.

Pasul 9. La final, adaugă sare și piper după gust.

Pasul 10. Între timp, mixul de fructe de mare decongelate și creveții se trag la tigaie în uleiul încins, aproximativ 3 minute. Acestea se pot adăuga în orez sau se pot pune deasupra lui, atunci când se montează pe farfurie.

Chef Cristian Dumitru recomandă combinația lui preferată: amestecă mixul de fructe de mare în risotto și adaugă pătrunjelul tocat. Pune risotto pe o farfurie, așază deasupra creveții și rade coajă de lămâie bio proaspătă.

Autor: Chef Cristian Dumitru

Mai multe rețete de la acest autor

Vezi mai multe rețete și sfaturi utile din aceasta categorie:

Orez cu fructe de mare congelate și proaspete, de la Chef Cristian Dumitru

Stand 04.12.2023