



Orez cu fructe de mare - rețeta italiană

Steps: 11

Difficulty Grad:

Ingredients

Portions

280 g	orez carnaroli, arborio, vialone nano	900 ml	supă foarte fierbinte (de fructe de mare, dar și de legume)
1	ceapă	80 g	unt
50 g	parmezan proaspăt ras	1 pahar	de vin alb, sec
200 g	creveți	400 g	scoici
200 g	de sepie	3 căței	de usturoi
1 lingura	pătrunjel proaspăt tocat		sare si piper, dupa gust
	coajă rasă de lămâie bio		

Instructions

Dacă vrei să prepari orez cu fructe de mare rețeta italiană, trebuie să știi că cea prezentată mai jos este una autentică, așa cum se gătește în nordul Italiei, unde se pare că s-a născut acest preparat. După gust, poți înlocui untul cu ulei, iar vinul alb, cu cel roșu, dar și cu șampanie.

Pasul 1. Curăță și spală scoicile, sepia și creveții.

Pasul 2. Încinge două linguri de ulei într-o cratiță, adaugă 1 cățel de usturoi și scoicile, acoperă cu un capac și fierbe totul la foc mare, până se deschid cochiliile.

Pasul 3. Ia de pe foc, scurge lichidul format și păstrează-l.

Pasul 4. Taie sepia fâșii.

Pasul 5. Într-o cratiță cu fund gros, rumenește ceapa tocată în 30 g de unt.

Pasul 6. După ce s-a aurit, adaugă orezul și amestecă bine.

Pasul 7. După ce orezul a devenit translucid, toarnă vinul alb și lasă să se evapore alcoolul.

Pasul 8. Adaugă supa de scoici fierbinte, scoicile și sepia. Așteaptă să se absoarbă lichidul, înainte de a turna câte un polonic din supa de legume fierbinte.

Pasul 9. Amestecă regulat în orez, pentru ca acesta să elibereze treptat amidonul. Lasă la fiert aproximativ 20 de minute, până ce orezul e moale, dar ușor ferm în centru.

Pasul 10. Cu două minute înainte de a fi gata, pune creveții, pătrunjelul și condimentează cu sare și piper.

Pasul 11. Stinge focul și adaugă restul de unt și parmezanul. Amestecă bine, pentru a se omogeniza, lasă să stea un minut, apoi servește risotto fierbinte, presărat cu coajă de lămâie.

Autor: Teo Dinescu

Mai multe rețete de la acest autor

Vezi mai multe rețete si sfaturi utile din aceasta categorie:

Orez cu fructe de mare - rețeta italiană

Stand 04.12.2023