

**Risotto agli spinaci:** una ricetta davvero delicata per portare in tavola un primo piatto cremoso dal gusto "avvolgente" e dal colore intenso.

### Ingredienti

320 gr. di Carnaroli  
320 gr. di spinaci surgelati  
1 cipollotto o il misto per soffritto (50 gr)  
brodo vegetale q.b.  
4 cucchiaini di latte  
50 gr. di parmigiano reggiano  
50 gr. di pinoli  
olio extra vergine di oliva q.b.  
sale q.b.

In una padella scaldare un filo di olio e poi aggiungere gli spinaci con un po' di sale.

Quando gli spinaci risulteranno ben cotti frullarli al mixer con il latte fino ad ottenere una crema liscia ed omogenea.

In un altro padellino antiaderente tostare i pinoli.

Tritare finemente il cipollotto e farlo rosolare in una casseruola con un filo di olio, un pizzico di sale e un po' di acqua tiepida per evitare che bruci.

Quando il cipollotto sarà ben rosolato aggiungere il riso e tostarlo per qualche minuto.  
Iniziare ad aggiungere il brodo vegetale caldo, poco alla volta, mescolando solo di tanto in tanto il riso.

Circa a metà cottura del riso aggiungere la crema di spinaci e proseguire la cottura ricordando che questo risotto dovrà risultare piuttosto all'onda.

Quando il **risotto agli spinaci** sarà cotto mantecarlo con il parmigiano, a fuoco ormai spento, e aggiungere metà dei pinoli precedentemente tostati mescolando per bene.  
Impiattare il **risotto agli spinaci** guarnendolo con i restanti pinoli tostati.

E' possibile arricchire questo **risotto agli spinaci** con brie o taleggio per conferirgli un gusto molto più deciso; sostituire i pinoli con scaglie di mandorle tostate, oppure scaglie di parmigiano. Usare le erbette o le bietole al posto degli spinaci; sostituire i quattro cucchiaini di latte con due cucchiaini di ricotta; sostituire il latte con un po' di brodo vegetale e il parmigiano con lievito di birra a scaglie se avete a tavola un vegano.

Un suggerimento alle mamme: sfruttate il colore intenso e divertente di questo **risotto agli spinaci** per inventare fantastiche storie che possano invogliare i vostri bimbi a mangiarlo e a farsi, così, una bella scorpacciata di verdure...perchè le verdure sono ottime alleate della **salute** e del **benessere!**

