

PREPARAZIONE

Cuocere il risotto:



L'origine del risotto è assai modesta e legata ai ritmi della vita contadina e, nonostante ciò, la sua preparazione è abbastanza elaborata. Il risotto è

un'avventura gastronomica che comincia con un soffritto, prosegue con la tostatura del riso (e degli eventuali ingredienti aggiunti) e procede con la graduale aggiunta del brodo: un mestolo ogni volta che la quantità versata in precedenza è stata assorbita. Il risotto deve quindi cuocere per 15-18 minuti nel brodo aggiunto poco alla volta ma, in alcune ricette e in determinate zone d'Italia, questo può essere versato tutto all'inizio. In questo modo le massaie di una volta potevano porre la pentola accanto alle braci e, rimestando dolcemente, lasciare che il riso cuocesse lentamente, insaporendosi a dovere. E' il caso della cottura tradizionale del Risotto alla pilota - da "piloti", come venivano chiamati gli operai addetti alla pilatura del riso, piatto tipico della fascia di Pianura Padana al confine tra le province di Mantova e Verona, zona di produzione del celebre Vialone nano.

Il soffritto:



Il soffritto "l'arte di soffriggere si apprende più con la pratica che con la teoria; a ogni modo qui di seguito forniamo le indicazioni di base mirate alla specifica preparazione del

soffritto per il risotto. La scelta tra cipolla, scalogno e aglio deve essere compiuta sulla base degli ingredienti che si uniranno al riso nella ricetta: la cipolla ha un sapore più delicato, l'aglio è più deciso e lo scalogno è intermedio tra i due. Identificato l'aroma più adatto, procedete a un'accurata mondatura e poi affettatelo a velo o tritatelo più o meno finemente: quanto più minute sono le parti, più intenso è il profumo iniziale; un trito più grossolano profuma meno ma il gusto rimane più persistente nel risotto.

Per quanto riguarda invece l'uso di burro oppure d'olio, non orientatevi solamente considerando l'armonia dei

sapori, ma valutate anche l'aspetto dietetico.

Il burro deve essere gustoso compatto, di colore caldo. L'olio va scelto tra quelli extravergine d'oliva, con particolare predilezione per la spremitura a freddo. Il grasso per il quale avete optato deve formare un velo uniforme sul fondo del tegame. La verdura (cipolla, scalogno, o aglio) va messa quando la base è ben calda e la fiamma deve essere dolcissima. Il trito deve imbiandire lentamente fino ad appassire completamente: in questo modo le asprezze del sapore sfumano.

La tostatura:



Il riso più indicato per il risotto è il superfino, che ha chicchi grossi e allungati, e va tostato nel soffritto. In questa fase è necessario mescolare con energia per far sì che tutti i chicchi si tostino in maniera uniforme.

L'operazione può considerarsi terminata quando i chicchi sono quasi trasparenti con alcuni punti imbruniti. Il profumo che sprigiona è intenso e caratteristico e, con un poco d'esperienza, diventa presto riconoscibile.

Il brodo:



Dopo il vino si passa all'aggiunta del brodo. La qualità del brodo è determinante, e la scelta tra brodo vegetale e di carne o di pesce è affidata all'armonia dei sapori della ricetta e al

gusto di chi cucina. Il brodo di carne è più saporito se preparato con un assortimento di carni diverse: bovina, di pollo e magari di coniglio, senza dimenticare le verdure (carota, cipolla e sedano) e i sapori (alloro, chiodi di garofano ecc.). Prima di utilizzare il brodo, sgrassarlo e schiumarlo. Il brodo di verdura ammette un più vasto assortimento nella combinazione dei suoi ingredienti, ma consigliamo di evitare i sapori dominanti come 2 cavolfiore, o antagonisti come 2 finocchio, mentre più appetibile è il gusto di patate, carote, cipolle, sedano, asparagi, spinaci, verza, broccoli, porri e altri. In alcune delle ricette che impiegano pesce, sono descritte le operazioni necessarie per: ottenere il fumetto di pesce, ma è possibile utilizzare anche brodo vegetale o di pollo. Non salare il brodo: la sapidità si aggiusta a fine cottura con sale marino integrale.

La mantecatura:



la fase che dà il tocco finale al gusto. Mantecare significa aggiungere burro (oppure olio extravergine d'oliva) e formaggio (parmigiano o altro formaggio

stagionato), mescolare e poi lasciare riposare a fiamma spenta coprendo la pentola con un panno ripiegato affinché questo assorba il vapore acqueo che potrebbe bagnare il risotto. In questa fase i sapori si amalgamano, il riso si gonfia e la cottura è ultimata. Il formaggio va grattugiato di fresco: un sapore stantio rovinerebbe irrimediabilmente il migliore dei risotti. Non abbiamo dato indicazioni precise (a parte casi particolari) sulla dose di formaggio: questa varia secondo il gusto e le scelte dietetiche di chi cucina. Bisogna comunque cercare di non esagerare, perché il gusto sapido del formaggio stagionato non prevarichi gli altri. I meno esperti siano quindi attenti a non utilizzare più di 60 g di parmigiano su una dose di riso per quattro persone (300-350 gr). Gli altri condimenti vanno usati con equilibrio: il loro sapore non deve prevalere sugli altri, né modificare la consistenza del risotto rendendolo troppo bagnato.

I trucchi per un buon risotto:



Come tutte le ricette tradizionali, anche il risotto ha i suoi segreti e vale la pena di conoscerne almeno i principali. E' da preferire riso proveniente da coltivazione biologica e, prima di utilizzarlo, mondarlo: eliminare i chicchi rovinati e le

eventuali impurità. C'è chi consiglia l'uso della pentola di rame (meglio se vecchia e ricoperta di nero fumo che aiuta la diffusione uniforme del calore); altri si limitano a consigliare una casseruola inox più larga che alta e con fondo triplo; c'è chi, infine, predilige l'uso di un'ampia padella da mettere sul fuoco su una retina frangifiamma. Qualsiasi sia la pentola che si decide di utilizzare, rimestare il riso con un cucchiaio di legno e sempre dal centro verso i bordi: A risotto, infatti, tende a cuocere più velocemente nell'area esterna del tegame.

Il servizio:



Il risotto deve essere subito servito in tavola, ben caldo e appena preparato: questo piatto non tollera di essere successivamente riscaldato. In tavola non dovrebbe mai mancare il

formaggio usato per mantecare, in modo che i commensali se ne possano servire a piacere. Gli avanzi del risotto possono essere adoprati per arricchire la vostra ricetta preferita di polpette o per farne arancini, ma possono anche essere raccolti a querelle (ovvero stretti tra due cucchiari), passati in una leggera impanatura e fritti in abbondante olio ben caldo.



Se non si vuole che i chicchi di riso si sfaldino e divengano collosi, è sempre bene soffriggere il riso in un pò d'olio prima di iniziarne la cottura. Questa tecnica serve a formare attorno al chicco uno

strato protettivo che ne impedisce lo sfaldamento. La tostatura resta indispensabile per ogni risotto: essa, consente un successivo ottimale dei vari ingredienti da parte del chicco di riso.

Quando si prepara il riso per contorno, i chicchi dovranno apparire integri.

Per ottenere ciò bisogna aggiungere all'acqua di cottura il succo di una fetta di limone, la cui funzione è anche quella di, fissare la coagulazione delle proteine.

La massima cinese recita: "... è meglio che un uomo aspetti il suo cibo piuttosto che sia il cibo aspettare lui ..."

Si addice molto bene al riso, in particolare alla preparazione del risotto, perché il riso scotto, non solo perde le sue proprietà nutritive ma non si apprezza volentieri. Il risotto è uno dei pochi primi piatti a primo che va servito su piatto freddo e rapidamente perché la temperatura di cottura superiore ai 100°C che però resta a termine della preparazione dell'alimento favorisce la presentazione della cottura a consentire una particolare situazione di callosità nel riso.

Non si dimentichi che gli avanzi del riso possono essere utilizzati in vario modo perché si possono trasformare in tortini, in crocchette, frittate di riso, in arancini o in ripieni di pasta e di verdure.



E ... ANCORA:

1. Prepararlo con cura e con amore Il risotto è un piatto che richiede molta attenzione. Va sorvegliato, controllato, curato secondo tempi e modi ben precisi. Non abbandonarlo a se stesso, ma seguirlo in ogni fase della preparazione.

2. Scegliere un buon tipo di riso Il riso Carnaroli è quello più usato per i risotti ed in genere è quello dalla resa migliore poiché tiene bene la cottura e non si attacca. Ugualmente molto usato, e molto buono, il Vialone nano. A prescindere dal tipo di riso è però essenziale che sia di ottima qualità.

3. Non lavarlo Il riso non va lavato altrimenti tenderà a sfaldarsi in cottura e si perderanno molte sostanze utili alla sua buona resa.

4. Tostare il riso Importantissima la tostatura del riso, procedura attraverso la quale si impregna del grasso di cottura, che consente ai chicchi di rimanere ben distaccati e sodi, dando consistenza e gusto al risotto. Per tostare il riso occorre buttarlo nel fondo di cottura scelto (olio e cipolla imbiandita ad esempio) e farlo cuocere a fiamma vivace fintanto che non diventa bello lucido e semitrasparente (solitamente 30 secondi/1 minuto circa). Occorre ovviamente girarlo di continuo, altrimenti si può bruciare in questa delicata fase. Soltanto effettuata la tostatura si può aggiungere il liquido di cottura (solitamente brodo).

5. Utilizzare un buon brodo Per un risotto eccezionale, al posto del brodo di dado o di quello granulare, utilizzare quello fatto con le verdure, la carne o il pesce (a seconda del condimento del risotto).

6. Calcolare bene i tempi Il tempo di cottura non è universale per ogni tipo di riso, ma va attentamente letto sulla confezione perché, oltre che variare da tipo a tipo varia anche da marca a marca. Se la cottura è troppo lunga il riso perderà parte delle sue proprietà nutritive, se è troppo corta sarà più difficile da digerire.

7. Non farlo asciugare Bagnare il riso poco alla volta, ma senza farlo asciugare troppo, altrimenti cuocerebbe in modo discontinuo.

8. Mescolare spesso Mescolare spesso il riso, per diffondere uniformemente l'amido che produce che altrimenti finirebbe per depositarsi tutto sul fondo della pentola attaccando. In particolare occorre mescolare in continuazione a inizio e fine cottura.

9. Spegner prima Il riso va sempre spento qualche minuto prima della fine della cottura affinché sia bene al dente quando lo si serve.

10. Dargli la giusta consistenza Il risotto si dice "all'onda" quando ha una giusta consistenza: ne troppo duro, ne troppo liquido. La consistenza giusta è quella di una crema densa.

