



## RISOTTO CON ALCACHOFAS Y NARANJAS DE SANGRE DE SICILIA IGP

**Categoría:** Primeros platos **Tempo di preparazione:** 40 minutos **Difficoltà:** medio 

### Ingredientes per 2 porciones

- 160 g de arroz integral
- 1 de naranja sanguina siciliana IGP sin encerar
- 5 cabezas de alcachofa
- 1/2 cebolla roja
- 1 cucharadita de curry en polvo
- sal y pimienta para probar
- aceite de oliva virgen extra q.s.

**Chef:** Sarah Bua

*Un risotto fresco y sabroso para deleitar el paladar.*

Dificultad: **moderada**

Costo: **bajo**

Tiempo de preparación: **40 minutos**

Raciones: **2**

### Método

Primero, ponga en una cacerola agua, aproximadamente 3 veces el volumen del arroz (por ejemplo, 3 tazas de agua por una taza de arroz), en una cacerola con una pizca de sal y deje hervir.

Mientras tanto, pique la cebolla y salteela en una sartén de fondo grueso con unas 2 cucharadas de aceite.

Corte 4 alcachofas (dejando 1 para decorar) en tiras no muy finas para que mantengan su consistencia, y añádalas a la cebolla, dejándolas sofreír suavemente durante unos 2-3 minutos.

A continuación, añada el arroz a las alcachofas salteadas, y remueva suavemente durante aproximadamente 1 minuto junto con las alcachofas; a continuación vierta la mitad del agua hirviendo.

¡Esto debería resultar en un chisporroteo realmente invitante!

Deje el agua al fuego en un punto de ebullición suave; al añadir el agua al risotto debe estar hirviendo para no interrumpir la cocción del arroz.

A continuación, pele dos tiras grandes de la naranja sanguina, no encerada, quizás con un pelapatatas para evitar la parte blanca, e incorporelas inmediatamente al arroz que ya se está cocinando junto con las alcachofas.

En este punto, ajustando de acuerdo con los tiempos de cocción indicados en el paquete de arroz (alrededor de 35-45 min), siga añadiendo agua mientras el arroz se cocina, ¡sin olvidar removerlo a menudo para evitar que se pegue a la cacerola!

Para darle más sabor al plato, puede añadir una cucharadita de curry en polvo, preferiblemente a la mitad de cocción.

Cuando el arroz esté cocido al probarlo, déje que se absorba el exceso de agua.

Luego retire la cacerola del fuego y póngale un chorrito de aceite de oliva virgen extra, una pizca de curry y pimienta negra.

Para decorar, use cabezas de alcachofas crujientes, cortadas en rodajas finas y fritas en aceite de girasol.

¡O pruebe la piel de naranja sanguina frita! Realmente increíble.

¡Ya está listo para servir!

Enjoy da **Sarah Bua!**

