



Risotto zucchine, menta e nocciole

Ricetta di Zen And Cook (GE)

Ingredienti

350g di riso di riso Carnaroli
35g di Parmigiano Reggiano
30g di nocciole tostate
menta fresca q.b.
Olio Evo
Sale, pepe q.b.



Procedimento

Pestate grossolanamente le nocciole in un mortaio, tagliate le zucchine tenendo solamente la parte esterna, fatele sbollentare per pochi minuti in acqua e poi immergetele in acqua e ghiaccio per mantenerle verdi. Nel bicchiere di un minipimer frullate le zucchine con la menta, olio evo, sale, pepe e un pochino di acqua di cottura.

Tostare per qualche minuto il riso in un filo d'olio e aggiungere poco alla volta l'acqua bollente fino quasi a cottura (16 minuti). A fine cottura aggiungere la crema di zucchine, fuori dal fuoco mantecare con burro e parmigiano e servire spolverando con granella di nocciole