



## RISOTTO CU LEGUME

### INGREDIENTE:

- 250 g dovlecel, tăiat în bucăți de 5 cm
- 120 g morcovi, decojiți și tăiați în bucăți de 5 cm
- 150 g de mazăre proaspătă sau congelată
- 400 g sparanghel verde, scurtat și tăiat în bucățele de 2 cm (alternativă: broccoli)
- 40 g ulei de măsline
- 10 g cuburi bulion de legume, ușor pasat cu o furculiță
- 120 g ceapă, decojită și tăiată în bucățele de 5 cm
- 280 g orez Arborio (risotto)
- 60 ml supă de pui
- 1/2 sare de mare fină
- 25 g unt nesărat, la temperatura camerei
- 100 g brânză parmezan, dată prin răzătoare
- 10 g frunze de busuioc proaspăt

### METODĂ:

1. Încălzește 1 litru de apă în vasul de gătit. Pune dovleceii, morcovii, mazărea și sparanghelul în sita de aburi, pune sita în oală și acoperă. Ține legumele la abur timp de 10 minute, până sunt ușor moi. (Dacă nu ai un vas de gătit la aburi, pune legumele cu 3 linguri de apă într-o oală, acoperă cu capac, și pune la foc mediu timp de 10 minute.)
2. Încălzește uleiul de măsline într-un vas de gătit sau tigaie, adaugă cubul pasat de legume și ceapa. Gătește și amestecă timp de 5 minute, până ce se înmoaie ceapa. Adaugă orezul în oală și amestecă bine ca să se acopere cu ulei.
3. Adaugă supa de pui și sarea de mare. Fierbe înăbușit orezul, amestecând ocazional, până ce se dizolvă supa. Micșorează focul la mediu.
4. Adaugă apă fierbinte câte 250 ml, amestecând constant până ce orezul a absorbit tot lichidul. Apoi, continuă să adaugi mai multă apă în porții de câte 250 ml și continuă să amesteci pentru ca orezul să absoarbă lichidul și să fie gata. Orezul ar trebui să pară cremos, dar încă un pic lichid. După aproape 15 minute, orezul trebuie să fie moale, dar nu pasat.
5. la vasul de gătit de pe foc. Adaugă legumele de la abur în orez și amestecă pentru a le combina. Pune și untul și cele 50 g de parmezan și amestecă până se topește. Servește decorat cu frunze proaspete de busuioc și cele 50 g de parmezan rămase..