



# Risotto con cavolfiore e pancetta erba cipollina e nocciole

45 minuti

6



Cavolfiore



Formaggio a pasta  
dura grattugiato



Burro



Brodo Granulare Vegetale



Riso



Erba Cipollina



Nocciole



Cipolla



Pancetta



Com'è andata la tua consegna?  
Scannerizza il QR code  
e faccelo sapere!

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale, Pepe



## Prima di cominciare

La nostra frutta e verdura ha bisogno di essere lavata prima del consumo.

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Cavolfiore	500 g	1000 g
Formaggio a pasta dura grattugiato** 7) 8)	1 pacchetto	2 pacchetti
Burro** 7)	2 pacchetti	4 pacchetti
Brodo Granulare Vegetale 10)	1 pacchetto	2 pacchetti
Riso	1 pacchetto	1 pacchetto
Erba Cipollina**	5 g	10 g
Nocciole 2)	1 pacchetto	1 pacchetto
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Pancetta**	100 g	200 g

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	462 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	5445 kJ/ 1301 kcal	1177 kJ/ 281 kcal
Grassi (g)	33 g	7 g
Grassi saturi(g)	14 g	3 g
Carboidrati (g)	69 g	15 g
Zuccheri (g)	10 g	2 g
Fibre (g)	8 g	2 g
Proteine (g)	31 g	7 g
Sale (g)	3 g	1 g

## Allergeni

2) Frutta a guscio 7) Latte 8) Uova 10) Sedano

Per avere informazioni più complete su ingredienti, allergeni e tracce di allergeni, fai sempre riferimento all'etichetta sui prodotti. Le box sono confezionate in uno stabilimento che utilizza il sedano.

## Mi raccomando!

### Conservate il kit ricette in frigo

Lavatevi le mani prima e dopo aver toccato gli ingredienti  
Usate taglieri e utensili diversi per i cibi crudi e quelli già pronti, oppure lavateli tra un uso e l'altro



### Preparare il brodo

- Portate a ebollizione 750 ml di **acqua** per persona: vi servirà per preparare il **brodo** e lessare il **cavolfiore**.
- Raggiunto il bollore, scioglietevi il **brodo granulare**, assaggiate e unite un pizzico di **sale** per regolarne la sapidità, quindi tenete in caldo su fuoco bassissimo.
- Tagliate la **pancetta** a tocchetti di 0,5 cm.



### Soffriggere lo scalogno e tostare il riso

- Affettate finemente l'**erba cipollina**.
- Sbucciate e tagliate finemente la **cipolla**.
- Riportate la padella usata per la pancetta su fuoco medio, scaldate 1 filo d'**olio d'oliva** e soffriggete la **cipolla** per 3-4 minuti, insieme a 2 cucchiaini d'**acqua** e a un pizzico di **sale**, mescolando di tanto in tanto.
- Unite il **riso** e tostatelo a fuoco alto per 1-2 minuti, mescolando spesso.



### Preparare la crema di cavolfiore

- Riducete il **cavolfiore** a cimette.
- Lessatele nel **brodo** per circa 8-10 minuti a fuoco medio, finché saranno tenere, quindi estraetele con un mestolo forato, conservando il brodo sul fuoco.
- Tenete da parte qualche cimetta di **cavolfiore** per guarnire e frullate il resto fino a ottenere una crema.
- Regolate la consistenza della crema con qualche cucchiaino di **brodo**, quindi assaggiate e aggiustate di **sale**.



### Cuocere il risotto

- Bagnate il **riso** con 2 mestoli di **brodo** bollente e mescolate finché sarà evaporato.
- Abbassate il fuoco e continuate la cottura per 16-18 minuti, aggiungendo altro **brodo**, un mestolo alla volta, solo quando il precedente sarà evaporato. Dovrete ottenere un risotto vellutato e non asciutto, ma neppure troppo brodoso.
- Spegnete, unite 2 cucchiaini per persona di **crema di cavolfiore**, il **burro**, metà del **formaggio grattugiato** e aggiustate di **sale** e **pepe**.



### Tostare le nocciole e rosolare la pancetta

- Tritate grossolanamente le **nocciole**.
- Scaldate una ampia padella a fuoco medio senza condimenti e tostatevi le **nocciole** per 2-3 minuti, mescolando spesso finché saranno dorate. Quindi trasferitele in un piatto.
- Nella stessa padella rosolate a fuoco medio-alto la **pancetta** per 3-4 minuti o finché sarà dorata e croccante, quindi trasferitela in un piatto foderato con carta da cucina, in modo che assorba il grasso in eccesso.



### Disporre nei piatti

- Distribuite il **risotto** nei piatti e guarnitelo con la **pancetta**, le **nocciole** e le cimette di **cavolfiore** tenute da parte.
- Spolverizzate il **formaggio grattugiato** avanzato e condite con un pizzico di **erba cipollina** e una macinata di **pepe** a piacere.