

Risotto alla Bietola & Caprino

Oggi vi propongo un bel risotto primaverile, se così si può definire :-)

Visto che le temperature non accennano ad alzarsi tanto da farci illudere che stia arrivando la primavera, allora ho voluto fare un risotto, che tra l'altro era molto che non lo mangiavo, con della bietola in cui si intravedesse un pò di primavera dal limone e dal timo, ormai ansimanti e stanchi di stare ancora in letargo, e dalla freschezza del caprino.

Va beh, lo so che non ho convinto nessuno in quanto a primavera, ma il risotto, vi assicuro, era buono! Anche questo, però, se lo dico io forse non è molto credibile.

Allora che fare, non mi resta che augurare a tutti un buon week end aspettando tempi (meteo) migliori :-)

RISOTTO BIETOLA & CAPRINO



Per 2 persone.

200 gr di riso arborio

1200 ml di brodo vegetale

1/2 cipolla piccola

1 manciata di foglie di bietola

60 gr di caprino fresco

1 rametto di timo

scorza grattugiata di limone

15 gr di burro

sale e olio extravergine di oliva

Mettere in una pentola l'olio e la cipolla tritata finemente, aggiungere la bietola e cuocere per 5-6 minuti, dopodiché aggiungere il riso e mescolare fino ad assorbimento del liquido. Aggiungere un mestolo di brodo vegetale e mescolare fino al suo assorbimento, continuare in questo modo fino a che il riso è cotto (circa 20 minuti). Nel frattempo unire al caprino un rametto di timo fresco tritato e formare una crema. Aggiungere il burro al riso e finire la cottura, dopodiché disporre il risotto nei piatti. Aggiungere la chenelle di caprino e timo, grattugiare un pò scorza di limone e servire immediatamente.

Beet & Goat Cheese Risotto



Serves 2.

200 g arborio rice
1200 ml vegetable broth
1/2 small onion
1 handful of beet leaves
60 g of fresh goat cheese
1 sprig of fresh thyme
lemon zest
15 g butter
salt and extra virgin olive

Put the oil in a pan with finely chopped onion, add the beet and cook for 5-6 minutes, then add the rice and stir until absorb the liquid. Add a ladle of vegetable broth and stir until it is absorbed, continue in this way until the rice is cooked (about 20 minutes). Meanwhile, combine the goat with a sprig of fresh thyme chopped and form a cream. Add the butter to the rice and finish cooking, after put the

risotto on the plates, add the thyme and goat chenelle, grate some lemon zest and serve immediately.

[Lasagne di coste di bietola](#)



Oggi vi propongo una bella LASAGNA!! scherzetto :-)
A parte il nome, queste lasagne non sono fatte con la "sfoglia" tirata col mattarello, ma bensì di coste di bietola, essi!! E che non si pensi che non è periodo di bietola, eh?? E' una verdura consumata principalmente in inverno ma si coltiva tutto l'anno, poi è leggera e ad alto apporto vitaminico e di sali minerali. Basta che la lasciate raffreddare bene :-0 e questo piatto diventa anche fresco ed

estivo.

Adesso che ci penso, però, abitando a Bologna, devo stare attenta a proporre certe ricette se non voglio, che prima o poi, qualcuno me le tiri dietro.

Ma sono coraggiosa, oggi poi, in particolar modo perchè? Ve lo dico un'altra volta, adesso vado a prepararmi che se no faccio tardi all'appuntamento!

Buona Giornata

☒ Per ☒ ☒ ☒

Ingredienti

1,200 Kg di coste di bietola pulite
600 ml di passata di pomodori
sale, aglio, olio extravergine di oliva
qualche foglia di basilico
130 gr di scamorza o caciocavallo
20-30 gr di parmigiano grattugiato

Besciamella

1 noce di burro
1 cucchiaio e 1/2 di farina
500 ml di latte
1 presa di sale
1 pizzico di noce moscata

Pulire e lavare le coste di bietola, cuocerle a vapore o in una pentola capiente con poca acqua fino a quando risultino morbide. Nel frattempo preparare il sughetto: soffriggere l'aglio con 2-3 cucchiaini di olio, poi versare la passata di pomodoro e qualche foglia di basilico e lasciare cuocere per una ventina di minuti. Scolare le coste e asciugare con carta da cucina. Preparare la besciamella: fare fondere in un pentolino una noce di burro, aggiungere la farina setacciata e poco alla volta il latte facendo attenzione a non fare formare i grumi, portare a ebollizione mescolando sempre con un

cucchiaino di legno, aggiungere una presa di sale e un pizzico di noce moscata, se piace. Tagliare a dadini la scamorza. Preparare la vostra lasagna disponendo in una pirofila, a strati, fino a esaurire tutti gli ingredienti nell'ordine: coste | salsa di pomodoro | dadini di scamorza | besciamella. Infine completare con salsa di pomodoro e parmigiano. Infornare a forno ventilato a 180° per circa 40 minuti.

[Scarica il PDF della ricetta](#)



Beet Stalks Lasagne



Serves



Ingredients

1.200 Kg clean beet stalks

600 ml of tomato sauce

salt, garlic, extra virgin olive oil

few leaves of basil

130 gr of scamorza or caciocavallo cheese

20-30 gr of grated parmesan

Béchamel

1 knob of butter

1 tablespoon and 1/2 of flour

500 ml of milk

1 pinch of salt

1 pinch of nutmeg

Clean and wash the beet stalks, steam or cook in a pot with a little water until they are soft. Meanwhile prepare the tomato sauce: Fry the garlic with 2-3 tablespoons of olive oil, then pour the tomato sauce, add salt and some basil leaves and cook for about twenty minutes. Drain the stalks and dry with kitchen paper. Prepare the béchamel: Melt in a pan a knob of butter, add the sifted flour and a little milk at a time being careful not to form lumps, bring to boil, stirring with a wooden spoon, add a pinch of salt and of nutmeg, if you like. Cut into cubes the scamorza cheese. Prepare your lasagna putting in a pan, in layers, all the ingredients in this order: stalks | tomato sauce | diced scamorza | béchamel. Finally complete with tomato sauce and parmesan cheese. Bake at ventilated oven at 180° for about 40 minutes.

[Download the PDF recipe](#)
