



I Cuochi Contadini rappresentano il legame tra la terra e la tavola, tra la passione e il lavoro nei campi che prende forma poi in cucina. Sono l'espressione del made in Italy, custodi preziosi della biodiversità, della stagionalità e delle più antiche tradizioni.

Si impegnano per la tutela della sostenibilità ambientale e propongono un modello unico di agricoltura familiare. Con loro potrai provare le ricette contadine nate dalla terra e ritrovate in tutti gli Agriturismi di Campagna Amica.

Risotto Fantasia

Dalla Lombardia

🕒 30 minuti 👤 4 persone

Ingredienti e dosi

400 gr riso carnaroli
200 gr piselli
250 gr asparagi
150 gr zucchine
200 gr agretti
1 cipollotto fresco

1 scalogno
50 gr vino bianco
40 gr olio evo
600 gr brodo vegetale
50 gr grana padano o parmigiano reggiano
sale e pepe q.b.

Preparare il brodo vegetale. Pulire gli asparagi, tagliarli a rondelle e mantenere le punte. Pulire le zucchine e tagliarle a spicchi. Pulire gli agretti e tagliarli in tre parti. Pulire il cipollotto e affettarlo sottile. Scaldare olio in padella, mettere il cipollotto e soffriggere per 5 minuti. Aggiungere gli asparagi e dopo 2 minuti aggiungere le zucchine più un mestolo di brodo. Far cuocere per più di 5 minuti ed aggiungere gli agretti, sale e pepe. Tritare lo scalogno, scaldare l'olio e farlo soffriggere poi versare il riso e rosolare per 3 minuti, in contemporanea sfumare con vino bianco. Evaporato il vino e aggiungere il brodo e cuocere per 15 minuti mescolando ogni tanto. Aggiungere in seguito le verdure. A fine cottura coprire con il grana e decorare con punte di asparagi.

Cuoca contadina

Maria Grazia Maestri



...la forza amica del Paese



@campagnamica



fondazionecampagnamica

www.campagnamica.it



Volontari nel mondo.



abbiamorisoxunacosaseria



#risoxunacosaseria

www.abbiamorisoperunacosaseria.it