



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 al Blu di capra e mirtilli

Dalla Lombardia

🕒 25 minuti 👤 4 persone

Ingredienti e dosi

300 gr di riso Carnaroli
200 gr di Blu di capra
100 gr di mirtilli
50 gr di burro

Olio EVO q.b.
Brodo vegetale q.b.
Sale q.b.el testo

Innanzitutto preparare il brodo vegetale: lavare e tagliare a tocchetti grossolani una cipolla, un gambo di sedano, una carota e una zucchina e trasferire il tutto in una pentola capiente con 1,5 litri di acqua. Portare a bollore, abbassare la fiamma e far cuocere per 1 ora e mezza, aggiustare di sale. In una casseruola antiaderente versare olio EVO. e il riso. Tostare il riso per un paio di minuti e iniziare ad aggiungere un mestolo di brodo caldo alla volta. Tenere mescolato il riso. A parte, in un tegamino, far sciogliere il burro e aggiungere i mirtilli (lasciandone qualcuno per la guarnizione del piatto). Quando i mirtilli cominciano ad appassire spegnere il fuoco. A metà cottura del riso, quindi dopo 9 minuti, aggiungere i mirtilli fatti appassire nel burro. Quando il riso è arrivato a cottura, passati quindi 18 minuti, aggiungere ancora un mestolo di brodo per lasciare morbido il risotto, spegnere il fuoco, mantecare con il Blu di capra, aggiustare di sale, coprire con un coperchio per qualche minuto. Servire il risotto caldo guarnito con i mirtilli rimasti.

Cuoca contadina
Elisa Mignani



...la forza amica del Paese



@campagnamica



fondazionecampagnamica

www.campagnamica.it



Volontari nel mondo.



abbiamorisoxunacosaseria



#risoxunacosaseria

www.abbiamorisoperunacosaseria.it