



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 agli asparagi bianchi di Zambana

## Dal Trentino Alto Adige

🕒 45 minuti    👤 4 persone

### Ingredienti e dosi

350 gr di riso Italiano	1 cucchiaino di olio extravergine del Garda
500 gr di asparagi bianchi di Zambana	1 bicchiere di spumante metodo Trentodoc
Mezza cipolla	100 gr di Trentingrana
50 gr di burro	sale q.b.

Pulire gli asparagi, procedendo in questo modo: eliminare la parte più legnosa del gambo (circa 4-5 cm), togliere la parte secca e mettere il restante in una pentola con acqua fredda salata, che servirà come brodo. Mettere la pentola sul fuoco e portate a bollore. Pelare gli asparagi con un pelapatate e privarli delle punte, che vanno tenute da parte. Tagliare a rondelle la parte restante. Mettere in una padella una noce di burro, fatela sciogliere sul fuoco e mettere le rondelle di asparago. Far rosolare finché non emaneranno profumo, quindi aggiungere un po' del brodo e portarle a cottura. Nel frattempo tagliare le punte degli asparagi, alcune a metà, le più sottili lasciarle intere. Mentre le rondelle cuociono, tritare finemente la cipolla e farla andare in una casseruola con un cucchiaino di olio e 20 grammi di burro. Quando la cipolla imbianchisce, aggiungere una parte del vino e far stufare finché la cipolla non sarà morbida. A questo punto aggiungere il riso, il sale, mescolare bene e fare rosolare alcuni istanti, avendo cura di non farlo attaccare al tegame. Sfumare con il restante vino e, quando evapora l'alcool, aggiungere il brodo, portando avanti la cottura del riso, mescolando di tanto in tanto. A metà cottura unire le rondelle di asparago, e a cinque minuti da fine cottura aggiungere anche le punte. Quando il riso sarà al dente spegnere il fuoco, mantecare con il burro restante e il Trentingrana e regolare di sale. Servire caldo.

**Cuoca contadina**  
**Tiziana Panizza**



...la forza amica del Paese



@campagnamica



fondazionecampagnamica

www.campagnamica.it



Volontari nel mondo.



abbiamorisoxunacosaseria



#risoxunacosaseria

www.abbiamorisoperunacosaseria.it