



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.

Arancini

Dalla Sicilia

🕒 90 minuti 👤 10 pezzi

Ingredienti e dosi

Per il riso

500 gr di riso
2 bustine di
zafferano
Sale q.b.
Brodo di carne

Per il ragù di carne

150 gr di carne
macinata di
maiale
50 gr di carne
macinata di
bovino
1/2 cipolla
1/2 carota
un pezzetto di
sedano
2 foglie di alloro

2-3 chiodi di
garofano
2-3 cucchiaini di
olio evo
200 ml di passata
di pomodoro
densa
100 gr di piselli
1/2 bicchiere di
vino bianco
Sale q.b.

Per la panatura

farina 00 (6 – 8
cucchiaini e anche
un pò di più a
seconda di quanto
ne assorbono gli
arancini)
acqua q.b.
pan grattato

Prima di tutto bollire il riso in abbondante acqua e sale, scolare al dente, mantecare in pentola con burro e zafferano fino a quando non si ottiene un composto perfettamente cremoso e amalgamato. Trasferire su una placca o una teglia larga, in modo che il riso si possa raffreddare in maniera uniforme.

Ragù di carne e piselli per arancini

Tritare cipolla, sedano e carota molto finemente, soffriggere con olio, aggiungere le carni macinare, lasciare rosolare 1 minuti, sfumare con vino. Lasciar asciugare, versare quindi la passata di pomodoro, alloro, chiodi di garofano e lasciar prendere il bollo. Coprire con un coperchio e lasciar cuocere a fiamma dolce per almeno 50 minuti, Il ragù di carne deve risultare denso, quindi togliere coperchio e far tirare il più possibile, aggiungere infine i pisellini. (Segue)

Arancini

Lasciar cuocere per ancora 15 minuti senza girare troppo, devono risultare integri. Eliminare le foglie di alloro e chiodi di garofano.

Lasciar raffreddare mezz'ora, infinesalare e lasciar raffreddare completamente. Il segreto per arancine perfette è un ragù denso e compatto!

Prelevare un pugno di riso e con una mano tenere il guscio, con l'altra scavare dentro al fine di realizzare un involucro per il ripieno. Adagiare dentro 2 cucchiaini di ragù e un pezzetto di caciocavallo. Aggiungere sopra un cucchiaino di riso e modellare con le mani ogni arancino perfettamente tondo. Man mano che vengono realizzati, compattare molto bene e porre in un piatto da portata.

Doppia panatura per arancini siciliani

In una ciotolina a bordi alti aggiungere la farina e versate qualche cucchiaino di acqua al fine di creare una pastella densa e appiccicosa che non sia troppo fluida, ma della consistenza della tempura. Immergere l'arancino e fate in modo che venga ricoperto di tutta la pastella.

Per la frittura, scegliere un pentolino a bordi alti, in cui friggere in abbondante olio di semi di arachidi 2 massimo 3 pezzi per volta, quando l'olio è bollente e a una temperatura di 175° C. Valutare la temperatura perfetta immergendo uno stecchino se si riempie di bollicine è pronto!

Immergere gli arancini di riso in olio bollente e far cuocere per 2 minuti circa. Scolare su carta assorbente quando sono belli dorati!

Cuoco contadino
Ciro Princiotta



...la forza amica del Paese



@campagnamica



fondazionecampagnamica

www.campagnamica.it



Volontari nel mondo.



abbiamorisoxunacosaseria



#risoxunacosaseria

www.abbiamorisoperunacosaseria.it