

RISOTTO INTEGRALE CON I FUNGHI

olio evo
aglio
scalogno
spezie miste (vaniglia, chiodi di garofano, pepe lungo, pepe rosa, cannella)
peperoncino
sale rosa
funghi secchi porcini
un cucchiaino di dado vegetale crudo fatto da me
riso integrale baldo

noci
semi di girasole
lievito alimentare in scaglie

Tutti gli ingredienti che ho usato sono biologici.

Ho messo nella pentola di ghisa un giro di olio evo e due spicchi d'aglio tagliati a metà, uno scalogno tritato e un peperoncino a pezzettini. Ho fatto insaporire ed ho aggiunto i funghi porcini secchi ammollati tagliati a pezzi, ho aggiunto le spezie, il sale, mescolato, fatto insaporire e quando si stava attaccando ho aggiunto il riso, 4/5 pugni, ho dato un'altra girata, facendogli assorbire bene il condimento (la pentola di ghisa magari non sembra ma è antiaderente).

Nel frattempo avevo messo nel bollitore l'acqua, l'ho aggiunta bollente, tutta (a occhio perchè ormai lo so, lo faccio sempre il riso integrale con quella pentola e più o meno metto sempre mezza pentola di acqua per 4/5 pugni di riso).

Ho controllato che tornasse subito a bollore, coperto, abbassato il fuoco al minimo, lasciato cuocere un'oretta circa.

Se dovesse sembrare troppa l'acqua alzate il fuoco. Se dovesse sembrare poca, tenete il bollitore a portata di mano.

Alla fine ho aggiunto il trito di noci, semi di girasole e (poco) lievito alimentare in scaglie, spento, mescolato energicamente e servito in pentola così rimane caldo.

