

26.- Risotto d'albergínies

<http://www.receptesdelaquima.cat/Inici/risottodalberginies.html>

Aquest plat italià es basa en coure l'arròs amb brou de tal manera que un cop cuit tingui una consistència més aviat cremosa. Seria com un arròs caldós. El brou pot ser de carn, pollastre, peix, vegetal, etc. depenent del tipus de risotto que es vulgui fer. Els italians acostumen a fer servir un tipus d'arròs per a cada tipus de risotto però jo faig servir sempre l'arròs normal, o sigui ni el llarg ni el bomba. A més de l'arròs i del brou, el risotto porta altres ingredients com verdures, bolets, peix, etc. Aquí us presento la meua recepta de risotto d'albergínies.

Ingredients per a 4 persones

Una albergínia grosseta (400 g aprox.)

Una ceba mitjana

300 g d'arròs

1 l de brou de pollastre

30 g de formatge parmesà ratllat

½ l d'aigua bullint

Oli d'oliva

Sal

Elaboració

Es talla l'albergínia per la meitat, es posa en un recipient apte pel microones, s'afegeix un rajolinet d'aigua i es cou. També es pot fer servir un recipient de vidre cobert amb film de plàstic. El temps de cocció depèn de la potència del microones però generalment amb 5-7 min n'hi ha prou. Un cop cuita, es talla a dauets.

Poseu oli en una cassola, just per tapar el fons. Fregiu la ceba picada fins que comenci a daurar-se i llavors afegiu l'albergínia i deixeu-la sofregir una mica. Afegiu l'arròs, una culleradeta de sal i el brou de pollastre.

Aneu remenant mentre l'arròs es cou i si cal, afegir de mica en mica aigua bullint. La gràcia és que l'arròs ha de quedar una mica caldós quan ja està cuit. Finalment, afegir el formatge parmesà, remenar una mica i deixar-ho reposar 5 min abans de servir.