Risotto ze szparagami i kaparami

wegeweda

Polecane na: **danie główne**

Warto wiedzieć:

30 min | łatwy | 4 porcje

Składniki:

- Ryż arborio - 2 szklanka
- szparagi - 1 pęk
- kapary - 2 łyżka
- cebula - 1 szt.
- czosnek - 3 ząbek
- białe wino wytrawne - 1 szklanka
- naturalny jogurt sojowy - 1/2 szklanka
- bulion warzywny - 4-5 szklanka
- estragon - 1 łyżeczka
- sól i pieprz - do smaku
- oliwa - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: 1. Szparagi umyj dokładnie i odetnij zdrewniałe końce. Pokrój w około dwucentymetrowe kawałki. Na dużej patelni rozgrzej oliwę i podsmaż pokrojoną w kostkę cebulę oraz posiekane ząbki czosnku. Po 2 minutach dodaj szparagi, posól i podsmażaj razem z cebulą i czosnkiem około 10 minut. Szparagi mają pozostać półsurowe, soczyste i chrupiące.

KROK 2: 2. Gdy szparagi będą gotowe, przełóż wszystko z patelni do miski, a na patelnię wlej trochę oliwy i wsyp ryż. Podprażaj przez chwilę i zalej szklanką wina. Poczekaj, aż odparuje. Stopniowo zacznij dolewać wodę* lub bulion. Dolewaj trochę, delikatnie zamieszaj i czekaj, aż ryż wchłonie płyn i tak do skończenia płynu lub uzyskania miękkiego, ale nie rozpadającego się ryżu. Nie mieszaj risotto zbyt często i energicznie, bo możesz uzyskać kleik ryżowy

KROK 3: 3. Gdy ryż osiągnie pożądany stan, dodaj do niego podsmażone wcześniej szparagi, cebulę i czosnek, dolej jogurt, dodaj kapary i estragon. Posól i popieprz do smaku. Gotowe!

* Jeśli używasz posolonego bulionu do

gotowaniu ryżu, nie musisz go dodatkowo solić. Jeśli robisz risotto na bazie wody pamiętaj, by dodatkowo posolić ryż.