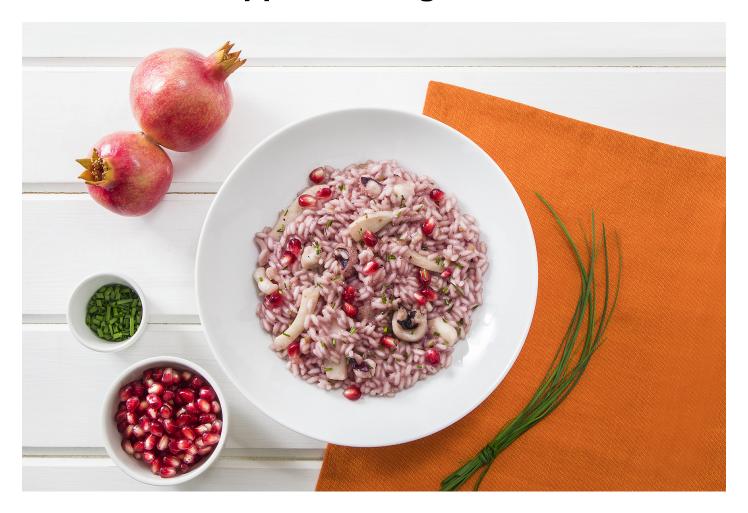
OLIO CUORE

Risotto con seppie e melagrana



Ingredienti

- 300 g riso
- 300 g seppie pulite
- 30 g cipollotto
- 70 g arilli di melagrana
- 130 g succo di melagrana
- 50 g vino bianco secco
- qb brodo vegetale
- erba cipollina
- pepe
- 2 cucchiai Olio di Mais Cuore
- Sale Ipsodico Cuore

Portata: PrimiTempo: 20"Persone: 4

Calorie: 407 KcalGrassi: 6.5 g

Preparazione

• Tagliare le seppie a striscioline.



• In una padella scaldare due cucchiai di Olio Cuore con il cipollotto tritato.



• Aggiungere le seppie, regolare di sale e pepe, versare il riso, tostarlo e irrorare con il vino.



- Lasciare evaporare, versare il succo di melagrana e proseguire la cottura del risotto aggiungendo poco alla volta il brodo caldo.
- Mantecare il risotto con un filo d'Olio Cuore.



• A fine cottura unire gli arilli di melagrana e l'erba cipollina e servire.



La ricetta è stata preparata con:



Olio di Mais



Sale Iposodico