



Risotto alle seppie e 'nduja

con crema di spinaci e nocciole

40 minuti • Piccante • Mangiami per primo

16



Scalognon



Riso



'Nduja



Limone



Nocciole



Brodo Granulare Vegetale



Burro



Aglio



Dadolata di Seppia



Spinaci



Hey Chef, ti è piaciuta questa ricetta?
Scansiona il QR code e lascia un commento!

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale, Pepe

Prima di cominciare

La nostra frutta e verdura ha bisogno di essere lavata prima del consumo.

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

| | 2P | 4P |
|------------------------------|-------------|-------------|
| Scalognò | 1 pezzo | 2 pezzi |
| Riso | 1 pacchetto | 1 pacchetto |
| 'Nduja* | 125 g | 125 g |
| Limone | 1 pezzo | 1 pezzo |
| Nocciòle 2) | 2 pacchetti | 4 pacchetti |
| Brodo Granulare Vegetale 10) | 2 pacchetti | 4 pacchetti |
| Burro** 7) | 2 pacchetti | 4 pacchetti |
| Aglio | 1 pezzo | 2 pezzi |
| Dadolata di Seppia** 6) | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Spinaci** | 250 g | 500 g |

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

| | Per porzione | Per 100g |
|----------------------------------|----------------------|---------------------|
| per gli ingredienti non cucinati | 489 g | 100 g |
| Energia (kJ/kcal) | 3829 kJ/ 915 kcal | 784 kJ/ 187 kcal |
| Grassi (g) | 48 g | 10 g |
| Grassi saturi (g) | 19 g | 4 g |
| Carboidrati (g) | 72 g | 15 g |
| Zuccheri (g) | 5 g | 1 g |
| Fibre (g) | 6 g | 1 g |
| Proteine (g) | 46 g | 9 g |
| Sale (g) | 4 g | 1 g |

Allergeni

2) Frutta a guscio 6) Molluschi 7) Latte 10) Sedano

Per avere informazioni più complete su ingredienti, allergeni e tracce di allergeni, fai sempre riferimento all'etichetta sui prodotti. Le box sono confezionate in uno stabilimento che utilizza il sedano.

Mi raccomando!

Conservate il kit ricette in frigo

Lavatevi le mani prima e dopo aver toccato gli ingredienti
Usate taglieri e utensili diversi per i cibi crudi e quelli già pronti, oppure lavateli tra un uso e l'altro



Scopri come smaltire i tuoi imballaggi sul nostro sito hellofresh.it



Cuocere gli spinaci

- Scaldate un filo d'**olio** in una padella a fuoco medio.
- Unite l'**aglio** (potete tenere la buccia) e gli **spinaci**.
- Condite un pizzico di **sale**, **pepe** e unite mezzo bicchiere d'**acqua** (per 2 persone). Coprite con il coperchio e cuocete per 6-7 minuti.
- Eliminate l'aglio, trasferite gli **spinaci** in un bicchiere del mixer e frullate con un filo d'**olio** fino a ottenere una crema liscia e omogenea.



Cuocere le seppie

TIP: le seppie saranno cotte quando saranno opache e chiare al centro.

- Mentre cuoce il risotto, riportate su fuoco medio la padella usata per gli spinaci con un filo d'**olio**.
- Unite le **seppie**, un pizzico di **sale**, **pepe** e cuocete per 4-5 minuti.
- Alla fine irroratele con il succo di uno spicchio di **limone**, spegnete e tenete da parte.
- Tagliate mezza **'nduja** (per 2 persone) a tocchetti piccoli (è molto piccante, dosatela secondo i vostri gusti).
- Tritate grossolanamente le **nocciòle** (per un risultato più fragrante, tostatele in padella senza condimenti per 2-3 minuti).



Preparare il risotto

- Nel frattempo che cuocete gli spinaci, portate a bollore 500 ml d'**acqua** per persona con il **brodo vegetale** e un pizzico di **sale**.
- Sbucciate e tritate finemente lo **scalognò**.
- Scaldate a fuoco medio un cucchiaio d'**olio** per persona in un'ampia padella antiaderente e soffriggete lo **scalognò** per 2-3 minuti, mescolando spesso.
- Aggiungete il **riso** e tostatelo per 2-3 minuti a fuoco alto, mescolando continuamente.



Mantecare il risotto

- Una volta cotto, spegnete il fuoco e incorporate nel **risotto** la **crema di spinaci**, il **burro** e mescolate energicamente per mantecare.



Cuocere il risotto

- Bagnate il **riso** con 2 mestoli di **brodo** bollente e mescolate finché sarà evaporato.
- Abbassate il fuoco e proseguite la cottura per 16-18 minuti, aggiungendo altro brodo, un mestolo alla volta, solo quando il precedente sarà evaporato.
- Dovrete ottenere un risotto vellutato e non asciutto, ma neppure troppo brodoso.



Disporre nei piatti

- Disponete il **risotto** nei piatti.
- Guarnitelo con i tocchetti di **'nduja**, le **seppie** e le **nocciòle**.

Buon Appetito!