



Risotto de abóbora



INGREDIENTES:

- 120 g de cebola
- Azeite q.b.
- 200 g de arroz arbóreo
- 50 ml de vinho branco
- 500 g de abóbora
- 100 ml de leite de coco
- 20 g de queijo parmesão
- 100 g de presunto
- Cebolinho q.b.
- Raspa de limão ou lima q.b.
- Sal q.b.
- Pimenta q.b.
- Caldo de legumes (abóbora, cebola, aipo, alho francês, cenoura)

COMO FAZER:

Prepare o caldo de legumes e coloque também a abóbora, aos quadrados, a cozer.

Corte o presunto em tiras finas e frite na própria gordura, até ficar crocante. Reserve.

Pique a cebola e refogue-a num fio de azeite, em lume brando, para que a cebola não ganhe cor. Acrescente o vinho branco e deixe evaporar.

Junte o arroz e mexa até o bago ficar translúcido.

Junte uma concha de caldo e continue a mexer, até o mesmo evaporar. Volte a juntar caldo e continue a proceder da mesma forma até o arroz estar quase cozido (o risotto leva cerca de 20 minutos), nessa altura acrescente a abóbora que cozeu no caldo de legumes. Volte a juntar caldo se necessário.

Tempere com sal e pimenta (atenção que o presunto que acompanha é salgado).

Finalize com o leite de coco e o queijo.

Sirva salpicado com as tiras de presunto, o cebolinho picado e a raspa de citrino.