



RECETAS CON RADICCHIO

RISOTTO CON RADICCHIO

Ingredientes:

600 gr. de hojas de radicchio, preferiblemente rojo, unos dos radicchio grandes;

3 litros de agua y 1 cucharada de sal para cocinarlo;

4 tazas de consomé o de caldo de carne;

1/2 a 1 cucharadita de sal; unas 20 hebras de azafrán, opcional (no debe reemplazarse por onoto);

2 cucharadas de mantequilla, sin sal; 2 cucharadas de aceite vegetal;

1 cebolla mediana, picadita,

alrededor de 1/2 taza; 1 ó 2 cucharadas de tuétano de res, (opcional);

1/8 de cucharadita de pimienta blanca molida; 1 taza de arroz, preferiblemente tipo arborio;

1/2 taza de vino blanco seco;

1 cucharada más de mantequilla para agregar al final;

1/2 taza de queso parmesano, rallado.

Preparación:

1. Se separan las hojas del radicchio, se limpian, se enjuagan y se escurren. En una olla grande se ponen el agua y la sal. Se lleva a un hervor. Se agrega el radicchio. Se lleva nuevamente a un hervor y se cocina unos 5 minutos. Se cuela en un colador para pasta, se enjuaga bajo agua corriente. Se escurre apretándolo para eliminarle lo más posible el agua. Se corta en pedazos más bien grandes.

2. En una olla se pone el consomé con la sal para calentarlo, sin llegar a hervir, manteniéndolo a fuego suave, a punto de hervor, mientras se prepara el risotto.

3. En una tasa de ese consomé se pone aparte el azafrán seco a remojar.

4. En otra olla pesada se ponen al fuego la mantequilla (2 cucharadas) y el aceite a calentar. Se agrega la cebolla y se cocina hasta marchitar, unos 4 minutos. Se agregan el tuétano picadito y la pimienta. Se cocina 2 ó 3 minutos más.

5. Se agrega el arroz, revolviendo constantemente para cubrir con grasa cada grano y,

con cuchara de madera para evitar partir el arroz, se cocina por 1 minuto o hasta que el arroz esté brillante.

6. Se agrega el vino y se cocina hasta que se consuma casi completamente.

7. Se agrega gradualmente el consomé, 1/2 taza cada vez, para esta cantidad de arroz, hasta que se haya absorbido casi completamente cada vez. Al arroz no se le debe agregar mucho líquido cada vez y se debe revolver constantemente para que no quede nunca completamente sumergido (no es una sopa) y debe rasparse el fondo y orillas de la olla para que no se pegue, pues puede quemarse.

8. Se agrega y se le revuelve el radicchio cuando todavía falte por agregar alrededor de una taza del consomé.

9. El consomé con el azafrán se debe agregar las últimas dos veces pues es mejor no cocinar demasiado el azafrán. Se sabe que el risotto está a punto, a los 25 minutos aproximadamente después de agregado el arroz, cuando, al morder un grano, se sienta cocido, pero firme en el interior. El risotto debe presentar un aspecto cremoso, los granos separados entre sí, pero todo unido por una crema. Debe extenderse algo en el plato.

10. Al retirarlo del fuego, se le revuelve vigorosamente la cucharada restante de mantequilla y luego el queso. Debe llevarse de inmediato a la mesa. En la mesa cada uno puede agregar más queso parmesano rallado.

POLLO CON RADICCHIO

dos pechugas de pollo, cuatro fetas de jamón crudo, sal y pimienta, un radicchio rosso, ocho cebollas de verdeo, cinco cucharadas de oliva, medio vaso de vino blanco, dos cucharadas de alcaparras, media ramita de orégano, media ramita de tomillo, dos cucharadas de perejil, dos cucharadas de aceto

Instrucciones de elaboración:

Picar las hierbas y mezclar con oliva, aceto, sal y pimienta. En una sartén, saltear verdeo con oliva, sal y pimienta. Incorporar el vino blanco y dejar evaporar. Incorporar el radicchio, las alcaparras y un poco de la mezcla de las hierbas. Saltear por tres minutos, servir con la pechuga y el jamón crocante.

ENSALADA DE RADICCHIO, MANZANA Y ZANAHORIA

Ingredientes:

1 radicchio rojo de unos 200 gramos

1 zanahoria mediana, unos 150 gramos

2 manzanas firmes,

unos 400 gramos ingredientes para la vinagreta 1/4 de taza de aceite 1 cucharada de azúcar 1 cucharada de vinagre 2 cucharadas de agua 1/2 cucharadita de mostaza 1 cucharadita de sal 1/16 de cucharadita de pimienta molida.

se lavan y se escurren las hojas de radicchio. se cortan en tiritas finas. se lava la zanahoria, se pela y se ralla por la parte gruesa del tallo. se pelan las manzanas, se les elimina el corazón y las semillas y se corta la pulpa en tajaditas. se mezcla todo en un envase 2 en un frasco se ponen los ingredientes de la vinagreta, se baten hasta emulsionar bien y se revuelve a los vegetales en el envase. se mete en la heladera hasta el momento de servir, cuando se revuelve nuevamente.