



# Risotto di gambi di carciofo con filetti di sgombro

Tempo: 40 min

Difficolta': 1

Prodotto: Filetti di Sgombro Sott'Olio

---

### Ingredienti per 4 persone

- 350g di riso
- 1 confezione di Filetti di Sgombro Rio Mare all'olio di oliva
- 4 carciofi con il gambo intero e grande
- 1 cipolla
- 1 dado vegetale
- 30 g di olio extra vergine di oliva
- 40g di parmigiano grattugiato
- 2 ciuffetti di prezzemolo
- sale

### Procedimento

1. Sminuzzate la cipolla, staccate i gambi ai carciofi, con un coltellino privateli delle foglie spinose e della parte esterna e filamentosa del gambo in modo da ricavarne solo la parte centrale piu' chiara poi tagliate a piccoli pezzetti i gambi mondati come descritto.
2. Rosolate la cipolla in una casseruola con l'olio, unite i gambi dei carciofi, fate dorare leggermente, completate con il riso e portate a cottura diluendo poco alla volta con acqua bollente e aggiungendo il dado in modo da ottenere un risotto cremoso.
3. A cottura ultimata incorporate meta' del parmigiano, levate dal fuoco, sgocciolate bene i filetti di sgombro e sminuzzate il prezzemolo finemente senza eliminare i gambi. Versate il risotto in quattro piatti piani, adagiate al centro di ogni piatto un filetto di sgombro, spolverizzate con il parmigiano rimasto e con il prezzemolo.



## Le Ricette di Rio Mare PER TUTTE LE OCCASIONI

### Il consiglio dello Chef

#### Come far divertire il bambino

Procuratevi 3 lattine di sgombri Rio Mare ben lavate, diversi tappi di diverse forme e dimensioni sia di bevande che di detersivi, dei colori a tempera, dello spago da cucina e della colla resistente. Dipingete le lattine con le tempere, applicate con la colla a ciascuna lattina dei tappi in modo da formare le ruote, avendo cura di differenziare i vagoncini dalla locomotiva. Forate e legate tra di loro le lattine con lo spago da cucina e completate la locomotiva applicando diversi tappi secondo la vostra fantasia: non vi resta che caricare i vagoncini e divertirvi!