



Risotto de espargos verdes com camarão salteado

chef Carlos Gonçalves

Receita

para 4 pessoas

180 g de arroz para risotto
1,5L de água
12 espargos verdes frescos
100 g de manteiga sem sal
1 alho francês
20 ml de azeite
para cozinhar
Sal e pimenta q.b.
70 g de queijo parmesão
12 camarões 20/30
3 dentes de alho

Confeção

Lavar o alho francês, picar finamente a parte branca do alho francês e cortar grosseiramente a parte verde.

Descascar os espargos e guardar as cascas. Cortar os pés dos espargos e guardar. Numa panela colocar um pouco de azeite, refogar as cascas dos espargos e a parte verde do alho francês. Adicionar 1,5L de água e deixar ferver 20 minutos. Coar e guardar o caldo quente.

Num tacho médio, colocar o restante azeite e refogar lentamente o alho francês picado. Juntar o arroz para risotto e deixar fritar um pouco, temperar com um pouco de sal. Adicionar o caldo de espargos, pouco a pouco e deixar cozinhar, mexendo de vez em quando. Quando o bago do arroz estiver quase cozido, adicionar os espargos cortados finamente. Adicionar a manteiga cortada em cubos. Quando o bago estiver no ponto de cozedura desejado, retirar do lume e juntar o parmesão ralado.

Retificar tempero de sal e pimenta.

Descascar e temperar o camarão, saltear em azeite e alho.

Servir o risotto e guarnecer com o camarão.

A dica do chef

Comprar sempre queijo parmesão e ralar em casa!
Dá um pouco mais de trabalho, mas é bem mais saboroso do que o queijo comprado já ralado.

