

RICETTA DEL GIORNO

Risotto nero

INGREDIENTI: 400 g. di seppie, 350 g. di riso, 300 g. di bietole o coste, una cipolla, uno spicchio d'aglio, olio extravergine d'oliva, sale e pepe.

PREPARAZIONE: Pulire le seppie spellandole ed eliminando osso, occhi, bocca e intestino, conservando però almeno una vescichetta di inchiostro. Lavarle bene e tagliarle a pezzetti. Soffriggere nell'olio la cipolla e l'aglio tritati, appena cominciano ad imbiondire aggiungere le seppie e cuocere a fuoco basso per circa 10 minuti. Pulire bene le bietole, quindi lavarle, tritarle e unirle alle seppie; cuocere ancora per qualche minuto e aggiungere poi il riso. Dopo che si sarà insaporito, tirarlo su a risotto, aggiungendo, man mano che occorre, acqua bollente salata. Poco prima che sia pronto unire una o due vescichette d'inchiostro, rimestare bene e servirlo, ma cosperso abbondantemente di pepe nero appena macinato.