

## **Radicchio e noci per un risotto d'oc**

Secondo un detto popolare, il radicchio rosso è il dono che l'autunno fa all'inverno, per rallegrare con i suoi colori i campi ormai brulli e incupiti dalla stagione. Si dice poi, che sia l'aspirina di Ottobre, perché grazie ai suoi principi nutritivi rinforza l'organismo depurandolo dalle scorie. Questo vegetale oltre a essere buono è dunque un depuratore per eccellenza. E' il momento giusto per preparare un gustoso risotto al radicchio aggiungendo un altro ingrediente dalle proprietà antiossidanti come la noce.

**Ingredienti per 6 persone:** 500 gr riso; 2 cespi medi di radicchio trevigiano; 1 cipolla; 1/2 bicchiere di vino bianco; olio extra vergine d'oliva; 1 litro di brodo vegetale circa; parmigiano grattugiato; 1 manciata di noci; 100 ml di panna da cucina; burro.

**Tempo di preparazione:** circa 40 minuti.

**Preparazione:** Appassire la cipolla tagliata sottilmente in un tegame con l'olio. La cipolla dovrà leggermente imbiondire. Aggiungere il riso che dovrà tostare per 2 minuti e successivamente far evaporare con il vino.

Versare nella pentola con il riso poco più della metà del radicchio pulito e tagliato a listarelle.

"Tirare" il risotto con il brodo vegetale caldo che dovrà essere aggiunto pian piano fino all'assorbimento del liquido; quando il riso è quasi pronto aggiungere il rimanente radicchio (per averne anche un pò croccante da poter sentire sotto i denti), le noci tritate e la panna.

Lasciare riposare il riso e mantecare con parmigiano e una noce di burro.

Buon appetito.