

Rizoto sa šparogama i piletinom



težina: **lako**

za: **2 osoba**

vreme pripreme: **60 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **500 g** zelenih šparoga
- **200 g** pileceg belog mesa
- **50 g** pirinca
- **malosoli**
- **malobibera** mlevenog
- **malomešavine** mediteranskog zacinskog bilja
- **malomaslinovog** ulja

Priprema

Prvo malo saveta za one koji ne znaju, a što sam procitala na internetu i usvojila: Prilikom kupovine birajte šparoge čiji su izdanci mekani i svijetlozeleni, a vrhovi su im zatvoreni. Izbjegavajte žuckaste izdanke koji samo što ne procvatu, kao i šparoge čiji su izdanci suhi i slomljeni na kraju stabljike, ili su smežurani i izgledaju kao da su prazni, jer to znaci da su stare.

Šparoge mogu u frižideru ostati sveže do 7 dana ako ih stavite u kesice za zamrzivac (najbolje je staviti ih u kesicu pa dobro omotati oko njih istiskujući vazduh koliko je moguće). Šparoge perite neposredno pre korišćenja. Injenica je da kada kupite šparoge veći deo stabljike je nejestiv. Drvenasti dio šparoge nije jestiv, i ako pokušavate pripremiti ovo prolećno povrće bez odgovarajućeg čišćenja, dobićete nejestiv obrok. Savijte šparogu sve dok ne pukne na delu gde zadebljala stapka prelazi u mekani vrh.

Tvrđi deo odstranite i upotrebite samo mekane dijelove. Nakon takvog čišćenja ja sam od 500 g dobila 150 g šparoga za rižoto. Nadam se da će onima koji nisu znali ove savete, isti itekako biti od pomoći. Šparoge operite pod tekućom vodom.

U šerpu stavite vodu sa malo soli te stavite na vatru da vida provri. U vreću vodu stavite šparoge i blanširajte ih 3 do 5 minuta (zavisno koliko su velike). Procedite ih preko cedke tako da sacuvate vodu u kojoj su se blanširale. Isperite ih tekućom hladnom vodom i naseckajte ih na manje komade.

U šerpu stavite malo maslinovog ulja i stavite na vatru da se zagreje. Stavite pirinac, kratko propržite pa nalijte sa najmanje 3 puta većom količinom tekućine od količine pirinca i to prvo sa tekucinom u kojoj su se blanširale šparoge i dopunite sa vodom do potrebne količine za kuvanje pirinca.

Dodati so i malo mešavine mediteranskog začinskog bilja. Vreme kuvanja pirinca zavisi od vrste pirinca kojeg koristite u pripremi ovog jela. Dok se pirinac kuva pripremite pileće belo meso. Možete ih narezati na medaljone ili odmah na štapice kako Vam je zgodnije.

Ja sam meso narezala na medaljone, posolila ih i začinila sa mešavinom mediteranskog začinskog bilja. U plitku šerpu ili tiganj staviti malo maslinovog ulja propržiti medaljone pilećeg belog mesa do zlatno žute boje.

Izvadite ih iz tiganja i isecite na štapice te vratite u tiganj, dodajte iseckane šparoge i kratko ih zajedno propržite (5 minuta). Na kraju dodajte kuvani pirinac i lagano varjačom promešajte. Probajte i ako treba dodajte začine te servirajte.

Savet

Veoma mlade, zelene šparoge dužine maksimalno 10 cm (a mislim da su bile i manje) brali smo i pripremali negde pre 40 a možda i više godina. Tako mlade šparoge su cele jestive i seam se da su ih moja sestra i mama spremali sa jajima. Od tog vremena i mojim preseljenjem u malo mesto u Vojvodini, šparoge su kao namirnica potpuno zaboravljene. Kada sam otišla na pijacu veoma sam se ugodno iznenadila kada je jedan od prodavaca prodavao zelene šparoge dugake približno 24 cm i debljine približno 1 cm u vezici od pola kilograma. Odmah sam ih kupila iako zapravo nisam imala predožbu kako u ih spremati, jer ih nikada nisam ni spremala. Na internetu sam se upoznala sa karakteristikama te namirnice, kako ih istiti i mnogim nainima pripreme. Neke savete sam usvojila a neke sam prilagodila sebi i odlučila da napravim lepi lagani rižoto. Meni se jako dopao ukus te sam odlučila da moje iskustvo podelim sa Vama.