

# Risotto Mediterráneo con mascarpone y crujiente de parmesano y amapola



## Receta

### Ingredientes

- 1 bolsa de Risotto mediterráneo, Trevijano
- 2 cucharadas soperas de aceite de oliva
- un chorrito de vino blanco
- una pizca de sal porque el parmesano es salado
- 100 g de mascarpone
- 100 g de parmesano molido o rallado
- 50 g de parmesano molido o rallado para unas 10 piruletas
- 1 cucharada soperas de semillas de amapola

### Preparación

**1-** Cocinamos el risotto. En una cazuela con la base de 2 cucharadas soperas de aceite de oliva, se sofríe el arroz con las verduras y se sazona al gusto. Se echa un chorrito de vino blanco y se deja que evapore. Añadir poco a poco 750 ml de agua caliente removiendo constantemente durante 25 minutos hasta que quede meloso y al dente (fuego medio).

**2-** Se retira del fuego y añadimos el mascarpone y parmesano mezclando bien. Servir inmediatamente para que esté más cremoso.

**3-** Para hacer los crujientes de parmesano usamos una bandeja de horno cubierta con papel vegetal y ponemos encima cucharadas de parmesano molido en forma redondeada y separadas ligeramente unas de otras. Repartimos las semillas de amapola espolvoreando por encima.

Horneamos con el horno precalentado a 180º unos 10 minutos (calor arriba-abajo) hasta que el parmesano esté fundido y sacamos del horno porque al enfriarse fuera quedarán compactos y se podrán retirar bien del papel.

Servimos en plato directamente o en un molde de aro y decoramos con el crujiente de parmesano y amapola encima.

 35'



Risotto Mediterráneo

Información nutricional	ración 150g
Valor energético	2305 kJ 549 kcal
Grasas (g)	30
de las cuales Saturadas (g)	8,4
Hidratos de carbono (g)	49
Fibra alimentaria (g)	2,1
Proteínas (g)	19
Sal (g)	2,0



A los niños les encantará comer el crujiente de parmesano como una piruleta. Solo tienes que poner un palillo redondeado en cada círculo de parmesano antes de fundirse en el horno.