5 Ιουνίου 2018

Ριζότο με μελάνι σουπιάς

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γλυκά & Εδέσματα

Υλικά Συνταγής
1 κιλό σουπιές με το μελάνι τους
1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο
1 φλ. κρασί
2 φλ. ρύζι για ριζότο
1 φλ. ελαιόλαδο
αλάτι
φρεσκοτριμμένο πιπέρι
αυγά ψαριών και άνηθο για το σερβίρισμα
Για το ζωμό ψαριών
μικρά ψαράκια ή κεφάλια ψαριών
1 φύλλο δάφνης
2 κόκκους μπαχάρι
λίγους κόκκους πιπέρι
λίγο σέλινο
λίγο άνηθο

1 καρότο ολόκληρο
1 κρεμμύδι ολόκληρο

Εκτέλεση
Για να φτιάξουμε το ριζότο με μελάνι σουπιάς, πλένουμε και καθαρίζουμε τις σουπιές, κρατώντας 2 σακουλάκια με μελάνι (δουλεύουμε με γάντια, διότι το μελάνι βγαίνει δύσκολα από τα χέρια και ποτέ από τα ρούχα).

Σε μια ρηχή και φαρδιά κατσαρόλα, ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο, σοτάρουμε ελαφρά το κρεμμύδι και τα πράσα και μόλις ξανθύνουν προσθέτουμε τις σουπιές κομμένες σε μικρά κομματάκια. Τις σοτάρουμε για 5-8΄, ρίχνουμε το ρύζι ανακατεύοντας συνέχεια και σβήνουμε τα υλικά με το κρασί.

Παράλληλα, ετοιμάζουμε το ζωμό ψαριών βράζοντας όλα τα υλικά για το ζωμό και σουρώνοντάς τα. Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε και ζωμό ψαριών που έχουμε διατηρήσει από άλλα φαγητά στο ψυγείο (νοστιμίζει όλα τα τα φαγητά που έχουν μέσα θαλασσινά).

Για το ριζότο χρειαζόμαστε 3,5-4 φλ. ζωμό ψαριών. Τον ρίχνουμε ζεστό στο ριζότο σιγά σιγά για να απορροφάται και ανακατεύουμε συνέχεια με μια ξύλινη κουτάλα.

Αραιώνουμε σε λίγο νερό το μελάνι που έχουμε κρατήσει από τις σουπιές και το προσθέτουμε στο ριζότο (πρέπει να έχουμε πολύ χαμηλή τη φωτιά και να το ανακατεύουμε συνέχεια, διότι κολλάει εύκολα στον πάτο της κατσαρόλας). Ρίχνουμε αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι και σερβίρουμε το ριζότο αμέσως.

Είναι ένα εντυπωσιακό πιάτο με κατάμαυρο χρώμα και με τη γεύση της θάλασσας. Το μόνο μειονέκτημά του είναι ότι βάφει τα δόντια. Το σερβίρουμε με αυγά ψαριών και ψιλοκομμένο άνηθο.

Για να φτιάξετε αυτό το θαλασσινό ριζότο των ονείρων σας, μάθετε πρώτα όλα τα μυστικά για το τέλειο ριζότο, αλλά και όλα όσα πρέπει να ξέρετε για το σωστό καθάρισμα των θαλασσινών.

Πηγή: argiro.gr