Risotto de espárragos y setas

con queso italiano curado y cebollino

Vegetariano

Cocinando: 25 min • Listo en: 40 min

4

Arroz de risotto

Espárragos verdes

Cebolla

Champiñon marrón

Queso italiano rallado curado

Caldo vegetal

Cebollino

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, ajo, mantequilla, agua.

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Cucharón, jarra medidora, olla, cazo.

Ingredientes

	2P	4P
Arroz de risotto	225 gramos	450 gramos
Espárragos verdes	200 gramos	400 gramos
Cebolla	½ unidad	1 unidad
Champiñon marrón*	250 gramos	500 gramos
Queso italiano rallado curado* **7)**	50 gramos	100 gramos
Caldo vegetal **10)**	2 sobres	4 sobres
Cebollino	½ unidad	1 unidad
Ajo	1 unidad	2 unidades
Mantequilla	2 cucharadas	4 cucharadas
Agua	1200 ml	2400 ml

**Conservar en la nevera*

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	**419,5 g**	**100 g**
Valor energético (kJ/kcal)	2467/ 590	588/ 141
Grasas (g)	8,2	2,0
de las cuales saturadas (g)	4,9	1,2
Carbohidratos (g)	99,2	23,7
de los cuales azúcares (g)	4,9	1,2
Proteínas (g)	19,1	4,6
Sal (g)	2,3	0,6

Alérgenos

7) Leche **10)** Apio.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

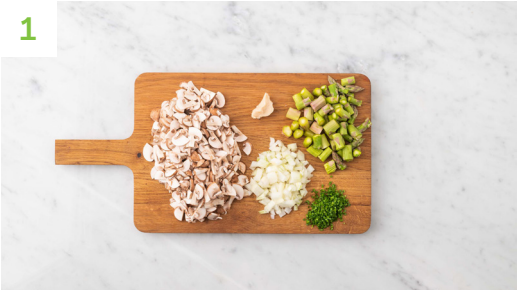
¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en hellofresh.es o nuestra app para evaluar la receta.

¡Recíclame!

MIXTO
Papel procedente de fuentes responsables
FSC® C007472

1



Prepara las verduras

En un cazo, agrega el **agua** (ver cantidad en ingredientes) y el **caldo vegetal** en polvo a calentar a fuego medio. Pela y pica el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Pela y corta la mitad de la **cebolla** (doble para 4p) en daditos pequeños. Limpia los **champiñones** con un paño húmedo, córtalos por la mitad y haz rodajas finas. Retira la parte inferior blanca de los **espárragos** y córtalos en trozos de 1-2 cm. Pica la mitad del **cebollino** (doble para 4p).

2

Saltea las verduras

Calienta a fuego medio una olla con un chorrito de **aceite**. Añade el **ajo** y la **cebolla** y cocínalo durante 4-5 min, hasta que quede transarente. Remueve de vez en cuando.

3

Cocina el risotto

Agrega los **champiñones** y los **espárragos** a la olla y cocina durante 2-3 min más, hasta que se ablanden un poco. Luego, añade el **arroz de risotto** y mezcla durante 2-3 min, hasta que el **arroz** empiece a estar transparente.

4

Cocina el arroz

En la olla, agrega dos cucharones de **caldo vegetal** y remueve, hasta que el **arroz** absorba el caldo. Repite el proceso agregando cucharones de **caldo** cada vez que el **arroz** lo absorba, hasta que el **arroz** esté cocido. El proceso debería tomar 15-18 min y el **arroz** debe quedar cremoso, no seco.

5

Acaba el risotto

Una vez el **arroz** esté listo, retira del fuego y agrega ⅔ del **queso italiano rallado**, la **mantequilla** (ver cantidad en ingredientes) de forma opcional y **salpimienta**. Mezcla bien el **risotto** hasta conseguir una textura untuosa y suave.

6

Emplata y disfruta

Sirve el **risotto** de **champiñones** y **espárragos** en los platos y decora con el **queso italiano rallado** restante y **cebollino** picado al gusto.

¡Que aproveche!