



## Risotto agli asparagi

### Ingredienti per 4 persone:

- 320 gr di riso semi integrale
- 1 Kg di asparagi
- 1 cipolla piccola tritata
- 2 cucchiari di olio extravergine di oliva
- sale marino integrale
- pepe



### Preparazione:

Tagliare la parte finale degli asparagi e pulire il gambo con un pela patate. Portare ad ebollizione in una pentola dell'acqua salata e scottare gli asparagi. Tagliare gli asparagi a rondelle lasciando intatta la parte delle punte e conservarle per la decorazione del piatto.

In una padella tostare il riso con olio e cipolla, aggiungere quindi gli asparagi a rondelle e sfumare con vino bianco. Aggiungere poco alla volta l'acqua di bollitura degli asparagi e portare a cottura, ci vorranno circa 20 minuti, durante la cottura regolare di sale e di pepe. A fine cottura togliere il risotto dal fuoco, aggiungere le punte degli asparagi, lasciar riposare per 2 minuti e servire ben caldo.

### *Commenti*