OLIO CUORE

Risotto con seppie e melagrana

Ingredienti

- 300 g riso
- 300 g seppie pulite
- 30 g cipollotto
- 70 g arilli di melagrana
- 130 g succo di melagrana
- 50 g vino bianco secco
- qb brodo vegetale
- erba cipollina
- pepe
- 2 cucchiai **Olio di Mais Cuore**
- **Sale Ipsodico Cuore**

- **Portata: Primi**
- **Tempo: 20''**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 407 Kcal**
- **Grassi: 6.5 g**

Preparazione

- Tagliare le seppie a striscioline.

- In una padella scaldare due cucchiai di **Olio Cuore** con il cipollotto tritato**.**

- Aggiungere le seppie, regolare di sale e pepe, versare il riso, tostarlo e irrorare con il vino.

- Lasciare evaporare, versare il succo di melagrana e proseguire la cottura del risotto aggiungendo poco alla volta il brodo caldo.

- Mantecare il risotto con un filo d'**Olio Cuore**.

- A fine cottura unire gli arilli di melagrana e l’erba cipollina e servire.

La ricetta è stata preparata con:

Olio di Mais

Sale Iposodico