RISOTO DE MILHO E ABÓBORA

INGREDIENTES

1 abóbora pequena

1 espiga de milho cozida

1 alho-poró cortado em fatias finas

1 cebola média cortada em cubinhos

2 dentes de alho picados

2 xícaras (chá) de arroz arbóreo

1 xícara (chá) de vinho branco seco

500 ml de caldo de legumes

30 g de queijo roquefort

30 g de queijo parmesão ralado

2 colheres (sopa) de cebolinha picada

2 colheres (sopa) de molho inglês

40 g de manteiga

2 colheres (sopa) azeite

Sal e pimenta do reino a gosto

MODO DE PREPARO

Corte a abóbora ao meio e unte-as com óleo vegetal.

Leve-as para assar ao forno, com a abertura voltada para baixo por uns 30 minutos ou até ficar macia. Unte a forma.

Quando a abóbora estiver assada, retire do forno e retire a polpa e bata em um mixe até formar um creme. Reserve.

Para o caldo de legumes, aqueça 1/2 litro de água, em uma panela funda, e acrescente legumes de sua preferência para fazer o caldo.

Deixe ferver por no mínimo 30 minutos.

Coe o caldo e reserve.

Quando cozinhar a espiga de milho, reserve uma xícara (chá) da água de cozimento.

Para o risoto, refogue a cebola e o alho com a metade da manteiga e o azeite por uns minutos.

Acrescente o alho-poró e deixe refogar por uns minutos até ficar macio.

Adicione o arroz arbóreo e o milho e mexa bem.

Adicione o vinho branco e deixe cozinhar por uns minutos para evaporar o álcool, sempre mexendo.

Sempre mexendo, vá adicionando o líquido do cozimento do milho reservado e depois o caldo de legumes aos poucos.

Acrescente a cebolinha picada e o molho inglês.

Tempere com sal e pimenta a seu gosto. Pode usar tempero pronto.

Quando o arroz estiver al dente, adicione o purê de abóbora, o queijo roquefort e o parmesão ralado.

Misture tudo muito bem até ficar cremoso.

Acrescente o resto da manteiga, misture e tampe a panela.

Deixe descansar por uns 5 minutos.

Sirva em seguida acompanhado de uma boa salada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/12998-risoto-de-milho-e-abobora.html