

# Riso e Dintorni

PRODOTTI ALIMENTARI PER LA BUONA CUCINA

## NEWSLETTER

[www.risoedintorni.it](http://www.risoedintorni.it)  
Cascina Cardinala, 27020 Scaldasole (PV)  
tel. 0382.901508 fax 0382.907969  
[news@risoedintorni.it](mailto:news@risoedintorni.it)

Numero 3  
del 04/03/2010  
**Mercurio d'Oro a Riso e Dintorni**

*In questo numero:*

### **Notizie**

Premio Mercurio d'Oro

### **Novità sul sito**

Birra di Riso

### **Offerta del mese**

Cesti regalo per Pasqua

### **Ricette**

Risotto con formaggio di capra e pere  
Minestra di riso e porri  
Frittelle di Formaggio  
Crocchette d'orzo  
Ceci con cipolla, uvetta e pinoli  
Dolce di Farina di Mais  
Torta di grano saraceno con marmellata di mirtilli  
Torta Sbrisolona  
Biscotti con farina di farro  
Biscotti con farina di riso

### **Parliamo di...**

Farro  
Cuscini di farro e miglio

---

## **Notizie**

### **Premio Mercurio d'Oro**

Riso e Dintorni ha ricevuto il premio Mercurio d'Oro, riconoscimento alle imprese che hanno sviluppato particolari iniziative e conseguito successi nel settore, contadistinguendosi per capacità imprenditoriale e qualità della produzione.  
Ovviamente ne siamo fieri!

---

## **Novità sul sito**

### **Birra di Riso**

Da oggi trovate sul sito [www.risoedintorni.it](http://www.risoedintorni.it) anche la birra di riso: è prodotta in Valsesia con orzo e riso dalla Birreria Artigiana ValleCellio.  
Il riso rende la birra leggera e dissetante, adatta come aperitivo o per pasti leggeri. La proponiamo chiara e ambrata, in bottiglia da 50 centilitri.  
La trovate nella sezione [BIRRA](#)

---

## **Offerta del mese**

### **Cesti regalo per Pasqua**

Come valida alternativa all'uovo di cioccolato, la Cascina di Ilaria propone una ricca linea di cesti regalo con prodotti genuini per la buona cucina, confezionati con gusto e cura.  
I cesti sono spediti direttamente al destinatario con il biglietto di auguri che preferite: infatti potete mandarci

## Mercurio d'Oro a Riso e Dintorni

il vostro biglietto per email e noi lo stamperemo a colori e lo inseriremo nel cesto.

Trovate i cesti regalo sul sito nella sezione [cesti](#)

Agli amici di Facebook è riservata un'offerta speciale per i cesti di Pasqua, per usufruirne e per conoscere tutti i dettagli andate sul link:

<http://www.facebook.com/home.php?ref=home#!/event.php?eid=338920647530&index=1>

e scrivete sulla bacheca!

Non sei iscritto al gruppo Facebook: cerca [risoedintorni](#) e iscriviti al gruppo!

---

### Ricette

#### ***Risotto con formaggio di capra e pere***

##### ***Ingredienti per 4 persone:***

350 g di riso Carnaroli

80 g di burro

½ cipolla

un bicchiere di vino bianco secco

1 Pera

200 g di Formaggio di capra

brodo di carne q.b.

sale e pepe q.b.

Fate imbiondire la cipolla dopo averla tritata e aggiungete il riso. Fatelo rosolare; a questo punto unite il vino e fatelo evaporare.

Continuate versando il brodo poco alla volta; a metà cottura aggiungete sale e pepe, 100 g di formaggio tagliato a piccolissimi cubetti e la pera anch'essa tagliata a cubetti. I rimanenti 100 g di formaggio saranno serviti in scaglie direttamente sul risotto.

---

#### ***Minestra di riso e porri***

Tritate una cipolla e soffriggetela per 4 minuti con un po' di burro o olio extra vergine di oliva. Prendete 500 grammi di porri e due patate e tagliate a fettine. Aumentate un po' la fiamma e unite i porri e le patate al soffritto. Dopo un paio di minuti aggiungete un litro e mezzo di brodo, vegetale o di carne. Lasciate cuocere per un'ora e mezza aggiungendo 100 grammi di riso Arborio 20 minuti prima di spegnere il fuoco. Una volta pronta grattateci sopra del formaggio a scaglie grosse e volendo del pepe. Servitela ben calda.

---

#### ***Frittelle di Formaggio***

##### ***Preparazione per 6 persone:***

Farina di grano saraceno: 450 g

Farina Manitoba bianca o Kamut: 220 g

Formaggio tipo Fontina: 450 g

Grappa: 30 ml

Acqua minerale gassata e birra: q.b.

Sale, pepe, olio extravergine per friggere: q.b. Tagliare il formaggio a cubetti; lavorare in una terrina le due farine, la grappa, l'acqua minerale e la birra necessarie ad ottenere una pastella ben liscia.

Riscaldare abbondante olio in una padella di ferro; con l'aiuto di un cucchiaio versare un cubetto di formaggio prima nella pastella e poi nell'olio bollente; friggere fin ad ottenere delle piccole frittelle di colore bruno; scolare su carta assorbente.

---

#### ***Crocchette d'orzo***

Lessate 120 grammi di orzo perlato in abbondante acqua leggermente salata per 20 minuti, scolatelo e lasciatelo raffreddare.

Tagliate 120 grammi di prosciutto cotto a dadini e tritate una cipolla piccola con del prezzemolo.

In una terrina mettete 250 grammi di ricotta e 4 cucchiai di parmigiano che farete amalgamare con 50 grammi di farina e 3 albumi. Una volta amalgamato per bene, aggiungete alla terrina l'orzo, il prosciutto, la cipolla e il prezzemolo.

Aggiungete sale e pepe e mescolate bene il tutto. Prelevatene delle piccole porzioni con due cucchiai formando delle crocchette. Fatele rosolare in olio extravergine bollente e abbondante, scolatele bene

## Mercurio d'Oro a Riso e Dintorni

e lasciatele qualche minuto sulla carta assorbente prima di servirle.

---

### ***Ceci con cipolla, uvetta e pinoli***

Lessate per un'ora 450 grammi di ceci che avrete messo a bagno per 12 ore. Scolateli senza però asciugarli troppo.

Preparate 2 cipolle tagliate a fettine sottili e altre 2 cipolle tritate. Versate sul fondo di in una padella piuttosto grande, olio di oliva extravergine. Quando l'olio è caldo versate le cipolle tritate e quelle a fettine e fatele appassire fino a quando cominciano a dorarsi. Aggiungete i ceci, 50 grammi di uvetta e 50 grammi di pinoli.

Fate cuocere per 15/20 minuti, mescolando e aggiungendo acqua o vino bianco se troppo asciutto. A cottura ultimata, correggete il sale e a piacimento un po' di buon aceto balsamico.

---

### ***Dolce di Farina di Mais***

#### **Preparazione per 6 porzioni:**

Latte: mezzo litro

Farina di mais Bramata o Fioretto: 200 g

Tuorli d'uovo: 3

Zucchero: 60 g

Burro: 120 g

Amaretti: 100 g

Zucchero a velo: 50 g

Cannella: un pizzico

In una casseruola portare a ebollizione il latte; versarvi la farina gialla e far cuocere per 20 minuti; togliere la casseruola dal fuoco e quando la polentina diventa tiepida, unire i rossi d'uovo uno per volta, la cannella, lo zucchero, il burro e gli amaretti ridotti in polvere. Fare un impasto omogeneo e versarlo in una tortiera imburata.

Cuocere in forno a 180° C per circa 30 minuti. Lasciare intiepidire il dolce, sformarlo, spolverizzarlo di zucchero a velo e servire.

#### **Varianti:**

la variante più diffusa prevede la preparazione della torta senza uova e impastando farina, zucchero, mandorle tritate e burro, precedentemente sciolto.

L'impasto viene steso in una tortiera imburata e spolverizzata di pane grattugiato, e cotto in forno a 200° C per circa 40 min.

Il dolce così preparato, rustico e tipico della Bassa Padana, risulta piuttosto secco e pertanto adatto a colazioni e merende più che a fine pasto.

---

### ***Torta di grano saraceno con marmellata di mirtilli***

Ingredienti: 300 gr di farina di grano saraceno, 300 gr di burro, 300 gr di zucchero, 3 cucchiaini di farina bianca 00, 6 uova, 1 bustina di lievito, marmellata di mirtilli.

Lavorate il burro a temperatura ambiente in una terrina con lo zucchero, aggiungete poi i tuorli uno ad uno e mescolate fino ad avere un composto uniforme e cremoso. Setacciate le due farine ed il lievito e aggiungeteli a pioggia all'impasto. Montate gli albumi a neve e incorporateli delicatamente all'impasto.

Versate il composto in una tortiera imburata e infarinata e infornate la torta a 180° per almeno 45 minuti.

Una volta cotta e lasciata raffreddare, tagliate la torta a metà e farcitela con la marmellata di mirtilli.

Se volete potete guarnire la torta con dello zucchero a velo ed eventualmente servirla accompagnata da un po' di panna montata.

In alternativa alla marmellata di mirtilli potete utilizzare la marmellata di more o di fragole.

---

### ***Torta Sbrisolona***

#### **Preparazione :**

Farina Manitoba Bianca o Kamut o di Farro: 250 g

Farina di mais Fumetto: 250 g

Zucchero: 250 g

Burro: 150 g

Mandorle tritate: 250 g

Tuorli d'uovo: 3

Vaniglia (a piacere): 1 bustina

## Mercurio d'Oro a Riso e Dintorni

In una terrina unire la farina bianca con quella gialla; proseguire con le mandorle tritate, lo zucchero e la vaniglia; aggiungere il burro sciolto, mescolando a pioggia per evitare la nervatura: si ottiene un composto molto granuloso; ungere una tortiera e versarvi l'impasto; cuocere in forno caldo (180° C) per 45 minuti circa.

### **Varianti:**

la ricetta base che si realizza nelle campagne è senza mandorle.

In alcuni casi l'impasto è insaporito con scorza di limone grattugiata.

### **Note: amalgamare con pazienza**

Gli ingredienti devono essere amalgamati con pazienza, ma rimarranno sempre parzialmente separati. L'impasto, una volta versato nella tortiera, va sistemato con le mani per dargli uno spessore uniforme.

---

### ***Biscotti con farina di farro***

#### **Ingredienti:**

300 grammi di farina di farro  
200 grammi di farina bianca  
200 grammi di zucchero  
3 uova  
100 grammi olio di oliva  
50 grammi di margarina  
una bustina di lievito per dolci

#### **Preparazione:**

Impastare tutti gli ingredienti, dopo aver fatto ammorbidire la margarina.

Fare dei tronchetti lunghi di pasta e cuocerli in forno caldo a 180° per circa 35 minuti.

Poi appena cotti tagliarli (come cantucci), ripassarli in forno per pochi minuti. Rimangono biscotti abbastanza duri, tipo i cantucci.

---

### ***Biscotti con farina di riso***

#### **Ingredienti**

200 g farina bianca  
300 g di farina di riso  
230 g di zucchero  
200 g di burro  
2 uova  
una bustina di lievito  
125 g gocce cioccolato uvetta

#### **Preparazione**

Sbattere il burro con lo zucchero, poi unire le uova e amalgamare bene. Aggiungere le farine setacciate con il lievito e le gocce di cioccolato (se si usa l'uvetta, farla ammorbidire in acqua tiepida e rum per circa 30 minuti), impastare bene. Stendere la pasta con un mattarello fino allo spessore di circa 1/2 cm e ritagliare dei biscotti con l'aiuto di stampini o con una semplice tazzina da caffè.

Infornare a 180° per circa 15 minuti, finché saranno dorati ma non troppo scuri.

Togliere dal forno e lasciare raffreddare. I biscotti appena fuori dal forno sono morbidi, ma poi induriscono raffreddandosi.

La farina di riso rende i biscotti molto friabili. La combinazione con la farina bianca serve a far lievitare l'impasto, perché la farina di riso non lievita.

---

## Parliamo di...

### ***Farro***

Il farro ha una storia millenaria, se ne hanno citazioni già nelle opere di Omero e rappresenta la prima tipologia di cereale coltivata dall'uomo sin dal neolitico. Il suo luogo di origine sembra risalire alla Palestina ma veniva usato sia dagli egizi che dai romani costituendo uno dei prodotti alla base dell'alimentazione: veniva usato per fare il pane, focacce e polente.

Al farro veniva dato un grande valore e veniva usato nelle cerimonie religiose come dono propiziatorio agli

## Mercurio d'Oro a Riso e Dintorni

dei e nel commercio come merce di scambio. Anche i soldati romani erano pagati con una quota di farro. E' una pianta molto resistente al freddo e cresce anche in terreni poveri, ricco di fibre che sono contenute nella glumetta, la pellicola esterna che ricopre il chicco. Per accorciare il tempo di cottura, oggi viene "perlato" per ammorbidire e rimuovere una parte della glumetta e rendere così il farro cucinabile in 20-30 minuti, senza per questo niente togliere alla qualità e sapore.

Contiene il 15% di proteine ed è quindi adatto per la creazione di piatti unici e, essendo il cereale con il minor contenuto di calorie (335 calore per 100 grammi) è indicato nelle diete ipocaloriche.

Il farro di Riso e Dintorni è coltivato esclusivamente in Italia e proviene dalla Toscana o dal Lazio.

Dal farro si ottiene una ottima farina per pani, dolci e pasta.

Sul sito [www.risoedintorni.it](http://www.risoedintorni.it) nella sezione CEREALI: Farro perlato (confezioni da 500 grammi, 1 kg e 2,5 kg, Farina di farro (confezioni da 500 grammi, 1 kg, 2,5 kg), Gallette di farro, Fusilli di farro (confezioni da 500 grammi), Minestra legumi e farro (confezioni da 500 grammi, 1 kg, 2,5 kg)

---

### ***Cuscini di farro e miglio***

Conoscevatelo il farro e il miglio come ottimi cereali per tante ricette. Ebbene, sappiate che sono utilizzati anche per imbottire i cuscini per dormire e sono considerati di gran pregio!

I cuscini di farro sono imbottiti interamente con la pula del farro, ovvero la parte esterna del chicco che viene tolta, depurata e spolverata. Consentono di assumere qualsiasi posizione adattandosi facilmente agli spostamenti della testa. L' utilizzo dei cuscini al farro è consigliato a chi ha problemi di contrazioni muscolari, mal di testa, emicrania, mal di schiena, reumatismi e disturbi del sonno. In commercio si trovano anche le ricariche per i cuscini, dato che dopo un po' la pula tende a perdere volume e sbriciolarsi.

L' effetto massaggiante porta benefici alla colonna vertebrale e alla muscolatura. I cuscini di farro contengono un' alta quantità di acido silicico che rinvigorisce il tessuto connettivo e le nostre forze di difesa.

I cuscini di miglio sono realizzati con i chicchi che, essendo molto piccoli e tondi, permettono di avvolgere la testa in modo del tutto ergonomico, favorendo un piacevole sonno. Inoltre, il cuscino di miglio ha un effetto rinfrescante d' estate e mantiene invece il calore in inverno. Il miglio aiuta a risolvere i problemi di contrazioni muscolari che causano disturbi cervicali e mal di testa. L' adattabilità dei chicchi fini garantisce una posizione ideale della colonna vertebrale dal punto di vista ortopedico.

---