

Lista de materiais

Caro aluno,

Preparamos este material exclusivamente para a divulgação gratuita. Ele contém a lista de materiais do curso *Risoto italiano: técnicas e receitas*, com Jonathan Lauriola.

1

O material completo das aulas é exclusivo para os alunos assinantes. É uma forma de prestigiar o autor e possibilitar que o projeto eduK multiplique cada vez mais conhecimento. Para se tornar um assinante e ter acesso a uma infinidade de conteúdos exclusivos, acesse assinatura.eduk.com.br

Sucesso é aprender sempre!

DIA 1

Risoto de grana padano

- 30 g de cebola picada
- 1 l de caldo de legumes
- 100 ml de vinho branco seco
- 60 g de manteiga
- 50 g de queijo grana padano
- Azeite – Q.B
- 150 g de arroz arbório
- Sal (Q.B)
- Pimenta-do-reino (Q.B)
- 30 g de creme de leite

Risoto de limão siciliano

- 30 g de cebola picada
- 1 l de caldo de legumes
- 1 limão siciliano
- 50 ml de vinho branco seco
- 60 g manteiga
- 20 g de queijo parmesão
- Azeite (Q.B)
- 150 g de arroz carnaroli
- Sal – Q.B
- Pimenta-do-reino (Q.B)

Risoto de ervilhas e salmão

- 50 g de cebola
- 200 g de salmão fresco
- 100 ml de vinho branco seco
- 60 g de manteiga
- 1,5 l de caldo de peixe
- 200 g de ervilhas congeladas
- 50 ml de azeite
- 150 g de arroz carnaroli
- Sal – Q.B
- Pimenta-do-reino (Q.B)

Risoto de abóbora e balsâmico

- 30 g de cebola
- 200 g de abóbora-moranga
- 200 g de abóbora-pescoço
- 50 g de azeite
- 1 ramo de alecrim
- 1,5 l de caldo de legumes
- 120 g de manteiga
- 180 g de arroz carnaroli
- 100 ml de vinho branco seco
- Sal (Q.B)
- Pimenta-do-reino (Q.B)
- 40 g de parmesão ralado
- 50 g de creme de balsâmico

Risoto de radicchio e gorgonzola

- 30 g de cebola-roxa picada
- 1 radicchio
- 60 g de gorgonzola
- 60 g de manteiga
- 180 g de arroz carnaroli
- 1,5 l de caldo de legumes
- Sal (Q.B)

Risoto de radicchio e gorgonzola

- Pimenta (Q.B)
- 50 g de azeite
- 100 ml de vinho tinto seco
- 30 g de parmesão ralado
- 100 g de creme de leite

Risoto primavera – Parte 1

- 50 g de cebola
- 100 ml vinho branco seco
- 100 g de manteiga
- 50 g de cebola roxa
- 5 g de açúcar
- 50 g de azeite
- 20 ml de vinagre tinto
- 200 g tomate italiano

- 1,5 l de caldo de legumes
- Tomilho (Q.B)

Risoto primavera – Parte 2

- Manjericão (Q.B)
- 30 g de cenoura
- 30 g de aspargos
- 30 g de vagem macarrão
- 30 g de pimentão amarelo
- 50 g de abóbora-pescoço
- 30 g de abobrinha
- 150 g de arroz carnaroli
- Sal (Q.B)
- Pimenta-do-reino (Q.B)
- 50 g de grana padano

Risoto de calabresa flambada

- 50 g de cebola-branca
- 100 ml de vinho branco seco
- 100 g de manteiga
- 50 g de cebola-roxa
- 1,5 l de caldo de legumes
- 50 g de azeite
- 150 g de linguiça calabresa
- 2 g de alecrim
- 50 ml de cachaça
- 20 ml de vinho tinto seco

- 150 g de arroz carnaroli
- Sal (Q.B)
- Pimenta (Q.B)
- 3 g de salsinha
- 50 g de parmesão

DIA 2

Risoto de camarões

- 200 g de camarões cinzas médios
- 30 g de cebola
- 2 g de alho
- 100 g de manteiga
- Sal (Q.B)
- Pimenta (Q.B)
- 150 g de arroz carnaroli
- 100 ml de vinho branco seco
- 30 ml de azeite
- 2 g de salsinha

Risoto de polvo

Preparo do polvo

- 0,5 kg polvo
- 50 g cebola
- 200 g tomate italiano
- 50 g azeite
- Sal (Q.B)
- Pimenta-do-reino moída (Q.B)

Risoto de polvo

Mantecar

- 50 g de cebola
- 30 g vinagre branco de vinho
- 50 g vinho branco

- Sal (Q.B)

Risoto de polvo

Finalização e montagem

- 3 g de salsinha
- Azeite (Q.B)
- 150 g arroz carnaroli ou arbório
- 50 g vinho branco
- 1 kg caldo legumes ou peixe
- 100 g manteiga

8

Risoto Nero – Parte 1

- 100 ml de vinho branco seco
- 15 g de cebola picada
- 4 g dentes de alho
- 40 g de manteiga
- 200 g de lula pequena
- 200 g tomate maduro grande
- 2 g de salsinha
- 1 l de caldo de peixe
- 50 ml de azeite-

Risoto nero – Parte 2

- 140 g de arroz arbório
- 2 envelopes de tinta de lula

- Sal (Q.B)
- Pimenta (Q.B)

Risoto de moqueca – Parte 1

- 50 g de cebola picada
- 100 g de pimentão amarelo
- 50 g de pimentão verde
- 30 ml de azeite de dendê
- 4 g de pimenta-dedo-de-moça
- 5 g de cebolinha
- 50 ml de azeite extra virgem
- 150 g de arroz arbório ou carnaroli

Risoto de moqueca – Parte 2

- 100 ml de vinho branco seco
- 1 litro de caldo de peixe claro
- Sal (Q.B)
- Pimenta-do-reino (Q.B)
- 200 g de filé de peixe
- 100 g de manteiga
- 20 g de parmesão ralado
- 800 ml de leite de coco

Risoto de ossobuco – Parte 1

- Sal (Q.B)
- Pimenta-do-reino (Q.B)
- 1, 5 kg aproximadamente de ossobuco bovino
- 10 g de azeite
- 150 g de cebola-roxa picada
- Aipo picado (Q.B)
- 70 g cenoura picada
- 100 ml de vinho tinto seco
- 450 g de tomate pelati picados

Risoto de ossobuco – Parte 2

- Alecrim (Q.B)
- Sálvia (Q.B)
- Louro (Q.B)
- 180 g de arroz
- 100 ml de vinho branco seco
- 60 g de manteiga
- 30 g de parmesão ralado

Risoto de rabada e agrião – Parte 1

- Sal (Q.B)
- Pimenta-do-reino – Q.B
- 1 kg de rabada
- 50 g de azeite extravirgem
- 200 g tomate italiano
- 50 g de aipo picado
- 50 g cenoura picada

- Alecrim (Q.B)
- Sálvia (Q.B)
- 1 g de louro

Risoto de rabada e agrião - Parte 2

- 1/3 maço de agrião
- 250 g de cebola-roxa picada
- 150 g de arroz carnaroli
- 100 ml de vinho branco seco
- 60 g de manteiga
- 40 g parmesão ralado