KIKKOMAN

Rombo allo Zafferano

Tempo totale **45 Min** **45 Min** Tempo di preparazione

Valori nutrizionali (per porzione):
2.779 kJ / 661 kcal

Grassi: **30,6 g** Proteine: **38,8 g**
Carboidrati: **56,1 g**

INGREDIENTI

4 Porzioni

Per il filetto di rombo

600 g	filetto di rombo, senza pelle
40 g	burro
2 cucchiaini	olio di colza
1	spicchio d'aglio
3 cucchiaini	Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman

Per il risotto

1	cipolla
2 cucchiaini	olio di oliva
1	spicchio d'aglio
200 g	risotto Arborio
100 ml	vino bianco, secco
5 cucchiaini	Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman
1	la scorza grattugiata di 1 limone
0,2 g	zafferano
1 l	brodo vegetale, tiepido
60 g	Parmigiano, grattugiato
1 cucchiaio	burro

Per le cime di rapa

300 g	cime di rapa
1 cucchiaio	burro
40 g	uvetta

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Per il risotto, pelare e tritare finemente la cipolla e l'aglio. Tostare il riso con la cipolla, l'aglio e 2 cucchiai di olio d'oliva in un'ampia casseruola a fuoco moderato. Sfumare con il vino bianco e abbassare completamente la fiamma.

Passaggio 2

Aggiungere 300 ml di brodo vegetale e far cuocere a fuoco medio. Aggiungere 5 cucchiai di salsa di soia Kikkoman e lo zafferano. Quando il riso avrà assorbito il liquido, aggiungere altri 300 ml di brodo vegetale e mescolare. Ripetere l'operazione fino a quando il brodo vegetale non sarà stato assorbito.

Passaggio 3

Suggerimento: fare la prova dell'assaggio. Se il riso dovesse risultare ancora troppo duro, ripetere l'operazione con il brodo vegetale fino a raggiungere la consistenza desiderata.

Passaggio 4

Infine, aggiungere al risotto il burro e la scorza di limone e mantecare con il parmigiano poco prima di servire.

Passaggio 5

Per le cime di rapa, versare acqua bollente sull'uva sultanina all'interno di una ciotola e lasciare in

ammollo. Lavare le cime di rapa, asciugarle e tagliarle in pezzi lunghi 10 cm, utilizzando anche le foglie.

Passaggio 6

Soffriggere le cime di rapa in una padella preriscaldata con 1 cucchiaio di burro e aggiungere l'uva sultanina. Ridurre la fiamma e sfumare con 2 cucchiai di salsa di soia Kikkoman. Togliere dalla padella e mettere da parte.

Passaggio 7

Rosolare i filetti di rombo all'interno in una padella calda con 40 gr di uvetta, 2 cucchiai di olio di colza e lo spicchio d'aglio schiacciato fino a doratura. Girare e poi ridurre la temperatura. Condire i filetti con 3 cucchiai di salsa di soia Kikkoman. Aggiungere le cime di rapa al pesce in padella e riscaldare.

Passaggio 8

Servire con il risotto e gustare.