

## Bagna Cauda in Carnaroli



Chi non conosce la **Bagna Cauda**?! Un famosissimo piatto piemontese a base di **aglio** ed **alici**! Un piatto decisamente particolare, ma di grandissima **tradizione**! Almeno una volta nella vita va provato... magari facendo proprio una gita in quella bellissima terra che è il **Piemonte**.

La Bagna Cauda è un piatto che adoro, mi piace un sacco e non poteva essere altrimenti vista la mia "passione" per l'aglio! Così ho deciso di unire a questa tipica ricetta tradizionale un'altro elemento che amo come ben sapete, il riso **Carnaroli Riserva San Massimo** :)

Nasce così il mio **Bagna Cauda in Carnaroli**, un piatto dai **sapori** decisi, ma allo stesso tempo anche molto **equilibrato**. Non fatevi ingannare dalla presenza della salsa all'aglio, questo elemento lavorato in un certo modo perde gran parte dei suoi "fastidi" ;)

Con questo piatto partecipo all'iniziativa di **Gluten free Travel & Living**, il [100% Gluten Free \(fri\)Day](#)!



Bagna Cauda in Carnaroli



impiattamento

Ingredienti per due persone

**Per il brodo:**

1 sedano;  
1 carota;  
1 cipolla bianca;  
sale grosso q.b.

**Per il riso:**

160 grammi di riso [Carnaroli Riserva San Massimo](#)];  
1/2 bicchiere di Barbaresco;  
1/4 di cipolla rossa;  
40 grammi di Parmigiano Reggiano 30 mesi;  
1 noce di burro (30 grammi circa);  
2 peperoni rossi;  
sale q.b.;  
olio E.V.O. q.b.

**Per la crema all'aglio:**

100 millilitri di latte;  
3 spicchi di aglio;  
olio E.V.O. q.b.  
sale q.b.

**Per la salsa al prezzemolo:**

1 mazzetto di prezzemolo fresco;  
20 millilitri di olio E.V.O.;  
1 pezzetto di peperoncino fresco;  
sale q.b.

**Per le acciughe:**

6 filetti di alici.

**Per la composizione:**

prezzemolo fresco q.b.;  
1 cipolla rossa di Tropea.

\*in caso di **celiachia** tutti gli ingredienti a rischio devono essere necessariamente **certificati senza glutine**

Procedimento

Il brodo:

In una pentola capiente versate due litri d'acqua, il sedano, la carota a pezzettoni, la cipolla intera e salate. Portate a bollore facendo cuocere a fiamma media fino a che l'acqua non si sia ridotta di un quarto e abbia preso un bel colore dorato.

Circa quaranta minuti.

La crema all'aglio:

Private l'aglio della camicia, del germoglio interno (così risulterà meno forte) e fatelo cuocere nel latte caldo a fiamma bassa per il tempo necessario alla cottura. Una volta pronto salate, aggiungete un filo di olio e frullate tutto con il mixer per ottenere una crema omogenea.

**Il risotto:**

Come prima cosa accendete il forno in modalità grill a duecento gradi e cuocetevi su una placca i peperoni interi e leggermente unti di olio per circa quarantacinque minuti. Ora chiudete immediatamente i peperoni in un sacchetto (tipo Cuki) e lasciateli raffreddare

così che una volta freddi si speleranno con estrema facilità. Quindi privateli della pelle e di tutti i semi interni ottenendo in questo modo solo la polpa cotta. In un bicchiere da cucina frullate la polpa di peperone con un filo di olio, sale e pepe ottenendo una crema omogenea.

Passate ora alla preparazione vera e propria del risotto. Tritate finemente la cipolla e fatela appassire a fiamma bassa in una casseruola con un filo di olio EVO per una decina di minuti. Tostate quindi il riso per un paio di minuti a fiamma vivace, senza far bruciare la cipolla.

Trucco da vero chef: per non far bruciare la cipolla, cuocetela a parte e aggiungetelo al riso con la prima mestolata di brodo

Quando il riso risulterà traslucido, sfumate con mezzo bicchiere di vino rosso.

Ultimate la cottura del riso, unendo un mestolo di brodo per volta. Giratelo in continuazione: in questo modo i chicchi di riso sprigioneranno tutto l'amido in essi contenuto e lo renderanno bello cremoso. A tre minuti dalla cottura aggiungete la purea di peperoni e portate a cottura.

Spostate quindi la pentola dalla fiamma, aggiungete la noce di burro, il Parmigiano Reggiano ed un filo di olio. Lasciate riposare per un paio di minuti ed incominciate la mantecatura. Il risotto deve risultare bello cremoso. Per essere perfetto, muovendo la pentola a scatti avanti ed indietro, dovrebbe formarsi la "famosa" onda.

La salsa al prezzemolo:

Lavate il prezzemolo e frullatelo (gambi compresi) in un bicchiere con un mixer ad immersione insieme all'olio, un pizzico di sale ed un pezzetto di peperoncino fresco della qualità che preferite (senza semini mi raccomando).

Frullate il tutto fino ad ottenere un olio piccante aromatizzato al prezzemolo.

La polvere di alici:

Tenete da parte due filetti di alici intere (che useremo per l'impiccatura) facendole riposare su un foglio di carta assorbente per eliminare l'olio in eccesso.

Sciacquate le altre alici sotto l'acqua e poi asciugatele tamponandole sempre con della carta assorbente. Adagiatele su un foglio di carta da forno e disidratatele a sessanta gradi per circa quattro o cinque ore in forno (oppure in essiccatore a cinquanta gradi per otto ore), comunque fino a che non risultino secche. Quindi tritatele finemente con un coltello per ottenere una polverina fine fine.

La composizione:

Stendete in un piatto una porzione di riso e decoratelo con un po' di polvere di alici, aggiungete la crema all'aglio, l'olio al prezzemolo, i filetti di alici, degli spicchi di cipolla (il cuore) e qualche fogliolina di prezzemolo fresco.