

LA RISERIA PERETTI

Giornale realizzato in occasione del Festival Cerealia 2021 dai ragazzi della scuola primaria "A. Peretti" - Classe 5[^]/A



Nascita e crescita del riso dagli albori ai giorni nostri

La storia del riso

Viaggio dall' Oriente all' Occidente per scoprire la storia del riso

Il riso in Cina fu "addomesticato" nel fiume Yangtze, per poi passare in Giappone e Corea, dove venne coltivato con l'acqua per la prima volta.

Si diffuse, in seguito, in India, dove furono scoperte diverse varietà, per poi giungere fino all'Europa e, quindi, in Italia.

(Storia del riso a pag. 3-4)

Tipi di riso

Scopriamo insieme i diversi tipi di riso

Dal noto riso Carnaroli, tipico della zona del novarese, fino a risi molto rari e ricercati, come il riso Artemide, o ancora il riso Jasmine, per gusti più "esotici".

Vi porteremo alla scoperta di numerose varietà di riso, che soddisferanno anche i palati più esigenti.

(Tipi di riso a pag. 5-6)

Tecniche di lavorazione del riso

Dalla risaia alla nostra tavola: viaggio di un chicco di riso

Il riso, prima di giungere sulle nostre tavole, subisce diversi processi. Seguiteci per scoprire il lungo viaggio del chicco di riso, dalla risaia fino al nostro piatto!

(Tecniche di lavorazione del riso a pag. 7-8)

ARTE

Segui le avventure del nostro eroe, il chicco di riso, in un'emozionante storia a fumetti!

(Fumetti a pag. 9)

SPETTACOLO

Scopriamo insieme cosa verrà trasmesso in televisione e al cinema questa settimana (solo nelle migliori sale cinematografiche).

(Palinsesto a pag. 10)

IL RISO FA BUON SANGUE...

Raccolta di barzellette sul riso.
(Comicità a pag. 6)

ENIGMISTICA

Giochi e passatempi sul riso.
(Giochi a pag. 8-11)

CUCINA

In esclusiva le ricette illustrate create dai nostri amici e parenti, appositamente descritte e realizzate per la nostra classe (alcune immagini sono tratte da Internet)

(Ricette a da pag. 12 a pag. 15)

La storia del riso

Viaggio dall' Oriente all' Occidente per scoprire la storia del riso

STORIA GENERALE DEL RISO

Il riso è un cereale tipico della cucina dell'Asia.

Viene coltivato in quasi tutti i luoghi del mondo.

755 milioni di tonnellate registrate nel 2019 (secondo la FAO) dopo la canna da zucchero (1,9 miliardi di tonnellate) e il mais (1,0 miliardi di tonnellate).

Il riso selvatico (*Zizania*) che, a differenza delle qualità ricavate di *Oryza sativa* e *Oryza Glaberrima*, cresce di solito allo stato selvatico, può anche essere venduto e cucinato.

Tanti reperti archeologici risalenti a 15000 anni fa hanno dimostrato che il riso selvatico era utilizzato in molti paesi asiatici: in Thailandia, Vietnam, Corea, Cina e alcune isole del sud-est asiatico.

Sempre grazie all'archeologia è stato possibile sapere che intorno al IV millennio A.C. la coltivazione di riso si diffuse rapidamente verso l'Occidente fino alla valle dell'Indo. Circa 1000 anni dopo giunse in Belucistan.

In Europa il riso giunse con le campagne in Asia di Alessandro Magno, nel IV secolo A.C.. Alcuni contemporanei del condottiero fornirono descrizioni dettagliate della coltura, a quel tempo già presente in Battriana (Afghanistan) e Mesopotamia. Ci vollero però altri millenni perché si diffondesse in tutto il bacino del Mediterraneo: dagli Arabi fu introdotto prima in Egitto e, nel VIII secolo, in Spagna. Gli antichi Romani conoscevano quindi il riso, ma lo utilizzavano come medicamento sotto forma di decotto per i pazienti più ricchi anziché come alimento. Nell'America settentrionale, nell'epoca precolombiana, si coltivava invece il riso prodotto dalla pianta *Zizania Aquatica*.

(Gianluca, Andrea M., Patrick)



IL RISO IN ORIENTE

IN CINA

Gli scienziati concordano sul fatto che il riso sia stato "addomesticato" per la prima volta nel fiume YANGTZE in Cina. Studi del 2008 e 2011 hanno dimostrato che tutte le varietà di riso asiatico sono nate tra 13500 e 8200 anni fa. Uno studio genomico indica che il riso nacque quando la JAPONICA arrivò in India circa 4500 anni fa e si ibridò con una varietà proto-indica. In Cina sono stati trovati due probabili centri di addomesticamento per il riso e il suo sviluppo: il principale si trova nel fiume YANGTZE.

La popolazione aveva una dieta a base, principalmente, di riso, commerciandolo a ovest e a sud e favorendone la diffusione in tutta la Cina Meridionale.

Il riso fu introdotto attraverso la cultura YANGSHAO e DAWENKOV, ma non sostituì il miglio, che era maggiormente diffuso a causa delle condizioni ambientali.

Nel tardo Neolitico, dal 3500 a.C.

al 2500 a. C., la coltivazione del riso crebbe rapidamente verso tutto il sud-est asiatico.

(Sofia M., Gaia, Aurora)

IN INDIA

Il riso veniva coltivato anche in India già dal 5000 a.C. Numerosi cereali selvatici, compreso il riso, sono cresciuti nelle colline di Vindhyan. La coltivazione del riso, in siti come Chohanimando e Mahagara, potrebbe essere stata avviata già nel 7000 a.C. Il riso è apparso nelle regioni della valle di Belan e del Gange nell'India settentrionale rispettivamente già nel 4530 a.C. e nel 5440 a.C. Il primo processo di addomesticamento del riso si basava sulla specie selvatica "Orzya Sativa Var".

Il riso fu coltivato anche nella civiltà della valle dell' Indo (III millennio a.C.). L'attività agricola, durante il secondo millennio a.C., includeva la coltivazione del riso nelle regioni di Kashmir e Harrappan. Riso da *Oryza sativa* è stato ritrovato in una tomba in Iran; nello stesso periodo il riso veniva coltivato nella pianura padana in Italia.



IN ITALIA

In Italia il riso fu usato per secoli a scopi terapeutici. Nel tempo la risicoltura si sviluppò maggiormente in Lombardia, in cui la presenza di terreni allagati offriva condizioni ideali. Il riso divenne un'alimentazione locale e si diffuse velocemente in pianura padana nelle zone paludose, aumentando i casi di malaria. I provvedimenti per limitarne la coltivazione vicino ai centri abitati non ne diminuirono la diffusione, poiché il riso garantiva guadagni superiori a quella di altri cereali.

La prima risaia in Italia fu inaugurata nel 1468: il primo documento che comprova la produzione in Italia fu una lettera di Galeazzo Maria Sforza del 1475, nella quale prometteva invio di riso al Duca di Ferrara.

La coltivazione si diffuse prima in Emilia, poi in Toscana, dove era però limitata dalla scarsità d'acqua. Dalla fine del XVII secolo le risaie erano prevalentemente in Pianura Padana, in Toscana e in alcune zone della Calabria e della Sicilia. Nel 1700 le risaie del milanese occupavano oltre 20000 ettari di superficie, mentre nel 1850 solo nel vercellese erano destinati alla coltura circa 30000 ettari.

Si diffuse anche in tutto il Mediterraneo occidentale, dove carestia e peste avevano ridotto le popolazioni alla fame.

Oggi l'Italia, con oltre 1,44 milioni di tonnellate di riso, rappresenta il principale produttore europeo. La coltivazione è concentrata principalmente nelle regioni del Piemonte e della Lombardia, nel "triangolo d'oro" Vercelli-Novara-Pavia. Viene inoltre coltivato nella provincia di Mantova, in Emilia Romagna, nel basso Ferrarese, in Veneto, in Friuli, nelle zone maresmiane, in Sardegna e in Calabria.

(Alessio, Antonio, Evan)

PENISOLA COREANA E ARCIPELAGO GIAPPONESE

Prove archeologiche indicano che in Corea e Giappone il riso fu introdotto tra il 3500 e il 1200 a.C.; veniva coltivato, dapprima, in terre asciutte. In alcuni casi i cereali domestici e quelli selvatici venivano piantati insieme.

La coltivazione in terra umida fu introdotta in Corea tra l' 850 e il 550 a.C. e raggiunse il Giappone intorno al 300 a.C..

(Martino e Stefano)

SUD-EST ASIATICO

La diffusione della coltivazione del riso nel sud est asiatico iniziò con le migrazioni della cultura Dapenkeng a Taiwan tra il 3500 e il 2000 a.C..

Il riso (così come cani e maiali) non è sopravvissuto ai primi viaggi degli austronesiani in Micronesia, a causa della distanza dell'Oceano che stavano attraversando: questi viaggiatori erano gli antenati della cultura Lapita, un popolo che, nell'arcipelago di Bismarck, aveva stabilito collegamenti commerciali con altri austronesiani. Sono anche entrati in contatto con i primi agricoltori non austronesiani (papuani) della nuova Guinea, introducendo le loro tecniche di coltivazione delle zone umide.

Il riso e altre piante coltivate a scopo alimentare nel sud-est asiatico furono successivamente introdotte in Madagascar, nelle Comore e nelle costa dell'Africa orientale intorno al I millennio D.C. dai coloni austronesiani delle grandi isole. Molto più tardi i viaggi austronesiani dal sud-est asiatico insulare riuscirono a portare il riso a Guam (dal 900 al 1700 d.C.), l'unica isola in Oceania in cui il riso veniva coltivato già in epoca pre-coloniale. Nel sud-est asiatico continentale, il riso si diffuse attraverso il commercio fluviale tra le prime popolazione che parlavano lingue homong-mien del bacino del centro dello Yangtze e le prime popolazioni del fiume delle Perle e dei bacini del fiume Rosso, oltre alle prime popolazioni del bacino del Mekong.

Le prove della coltivazione del riso in queste regioni risalgono a poco più tardi dell'insediamento dei Dapenkeng a Taiwan intorno a 3000 a.C.. Le migrazioni verso sud degli Austroasiatici lo introdussero nel sud-est Asiatico. Le prime coltivazioni provengono dal sito di Ban Chiang, nel nord della Thailandia (tra il 2000 e 1500a.C.) e dal sito An So'n nel sud del Vietnam (tra il 2000 e 1200a.C.).

Tipi di riso

Alla scoperta dei diversi tipi di riso



CARATTERISTICHE DEL RISO

L'Italia è la zona con maggiore produzione di riso a livello europeo.

Esistono centoquaranta diversi tipi di riso.

Il riso è un ottimo alimento, è uno dei cereali fondamentali.

Originario del Medio Oriente, è molto digeribile, è composto di glucidi e contiene anche proteine.

Fornisce circa 300 calorie ogni 100 grammi, perciò è adatto per le diete.

Eliminando la pula si fa il processo di sbiancamento, però con questo procedimento il riso perde minerali e vitamine. Una peculiarità del riso è che durante la cottura aumenta di volume.

METODI DI COTTURA

Le cotture del riso possono essere differenti: bollito, al vapore, riso pilaf e riso all'inglese. Il procedimento classico per prepararlo è la cottura del risotto.

Si prepara il soffritto con olio e cipolla, poi il riso per la tostatura e, infine, il brodo bollente versato a intervalli. Si possono anche aggiungere alla fine carne, pesce e verdure. Al termine della cottura avviene la mantecatura: si aggiungono burro e parmigiano che lo rendono più cremoso.

TIPI DI RISO

Esistono diverse varietà di riso, da scegliere in base al gusto, ma anche alla ricetta.

RISO JASMINE:

Originario della Thailandia, il riso Jasmine è infatti conosciuto anche come Thai profumato. Ha un sapore molto particolare e caratteristico, si sposa bene con i frutti di mare e anche con il cocco.

RISO NERO:

Il riso nero arriva dalla Cina ed è disponibile in Italia in tre tipologie: *Venere*, integrale, ricco di fibre; *Nerone*, che ha un colore brillante ed è ottimo per i piatti etnici; *Thai*, che è croccante.

RISO ARTEMIDE:

Chicco lungo di tipo B, l'Artemide è nero e aromatico, e richiede lunghi tempi di cottura (circa quaranta minuti). Può essere usato per insalata e abbinato ai legumi.

RISO ROSSO:

E' ricco di fibre e povero di grassi. Può essere abbinato a legumi e altri cereali. Per questo tipo di riso è richiesta una cottura dai trenta ai quaranta minuti.

RISO INTEGALE E PARBOILED

Il riso integrale contiene crusca e il

tempo di cottura varia a seconda della ricetta e dalla varietà usata. Il riso parboiled ha un'ottima tenuta di cottura e contiene più vitamine.

IL RISO CARNAROLI:

E' una varietà di riso lungo, che prende poco amido di cottura. Viene considerato il principe ed è tra le coltivazioni "storiche". Si utilizza soprattutto per i contorni e le insalate.

(Francesca, Sofia T. Filippo)

RISO RIBE

In cottura rilascia amido; il ribe è molto versatile in cucina, infatti viene utilizzato per ripieni, contorni, supplì, arancini e risotti con cottura media. Cuoce in 17 minuti a risotto e 15 minuti se viene bollito.

RISO THAIBONNET

Riso lungo di tipo B, è una varietà californiana arrivata in Italia alla fine degli anni 80. E' perfetto per contorni, antipasti, insalate, riso pilaf e ricette della cucina indiana. Cuoce in 12 minuti.

RISO BALILLA

Chicco tondo, corto e perlato, con una scarsa tenuta di cottura e una consistenza collosa (dettaglio che lo rende perfetto come base per dolci), il riso balilla può essere usato anche per minestre e timballi, ma con più bassi tempi di cottura.

<p><u>RISO VIALONE NANO</u> Dal chicco semi-lungo e perlato, il vialone nano è una varietà pregiata coltivata nel mantovano e in Veneto, dove ha ottenuto l'IGP. Cuoce in 16-18 minuti ed è indicato per preparare i risotti.</p> <p><u>RISO PADANO</u> Dai chicchi di grandezza media, il padano cuoce in circa 13-15 minuti. Anche questa è una varietà storica della risicoltura italiana: le sue caratteristiche lo rendono perfetto per cucinare minestre, zuppe e diverse preparazioni da forno.</p>	<p><u>RISO ARBORIO</u> Questo tipo di riso prende il nome dalla località nel vercellese in cui venne selezionato nel 1946. E' di forma lunga di tipo A. L'arborio è tipico del mercato italiano, viene usato per i risotti mantecati e anche per insalate e piatti unici.</p> <p><u>RISO ROMA</u> Il riso Roma ha la cottura di 16-17 minuti e i suoi chicchi hanno una forma allungata. Grazie alla sua capacità di assorbire i condimenti, è l'ideale per timballi, risotti e per il riso al sugo, ma anche per sformati.</p>	<p><u>RISO BALDO</u> Riso lungo di tipo A, il Baldo assorbe bene i condimenti ma tiene poco la cottura. Varietà storica della coltivazione italiana, fa parte dell'IGP del Delta del Po. Simile al Roma, si presta alla preparazione di risotti e torte salate.</p> <p><u>RISO ORIGINARIO</u> Dai chicchi tondeggianti, l'originario ha 12-14 minuti come tempo della cottura e ha la caratteristica di assorbire molti liquidi. È l'ideale per preparare minestre, sformati, ma anche dolci.</p> <p>(Zoe, Giada, Giulia V.)</p>
--	---	--

Il riso fa buon sangue

Barzellette sul riso... Facciamoci una risata!!!

- Perché in Cina le barzellette hanno tanto successo?
- Perché fanno tanto RISO!

- Che cosa fanno 8 chicchi di riso in una pentola?
- Il RIS-OTTO!

- Che cosa fa un chicco di riso quando si mette a ridere?
- Fa un SOR-RISO!

- Cameriere, questo risotto è insipido!
- Non si preoccupi, compensa il conto che è salatissimo!!

- Pronto, dove sei?
- Sono a casa di amici, stiamo preparando il risotto con i fagioli.
La ricetta dice: "Un pugno a testa".
Qui ormai c'è una rissa!

Un signore al ristorante ordina una paniscia, ma vi trova dentro un ragno orribile.
Chiama il cameriere: "Cameriere, nel mio piatto di paniscia c'è una ragno! Me ne porti subito un altro"

Ed il cameriere urla alla cucina: "Un altro ragno per il signore!"

Tecniche di lavorazione del riso

Viaggio di un chicco di riso

Il riso, per arrivare fino a noi, subisce diversi processi di lavorazione.

1. La cariosside del riso, raccolta attraverso l'operazione della **mietitura**, viene detta risone, riso grezzo o riso vestito. E' lavorato tramite operazioni atte a rimuovere delle parti tegumentali, le glume e le glumelle (o glumette) che costituiranno la lolla o pula (cioè la buccia).

2. L'**essiccazione** avviene a temperature intorno a 35-40°C, con conseguente riduzione del contenuto di acqua dal 24% al 14%, in modo da poter rendere il riso più idoneo alla sua conservazione e lavorazione.

3. Lo **stoccaggio**, durante il quale viene fatto "riposare" per migliorarne le caratteristiche. E' possibile aumentare i tempi dello stoccaggio per invecchiare il riso prima di procedere alla lavorazione. La tecnica di invecchiamento deriva da una tradizione dell'antica Cina che consiste nella conservazione del risone in appositi silos a temperatura controllata. Dopo un periodo variabile (minimo un anno) il risone viene lavorato con le tecniche tradizionali. L'invecchiamento rende l'amido e le proteine meno solubili, con la conseguenza di richiedere maggiori tempi di cottura.

4. La **pulitura**, che serve per separare il riso da impurità, fili d'erba, terriccio e sassi.

5. La **sbramatura** e la **scorzatura** vengono praticate facendo passare il riso nello



"sbramino" ovvero un'apparecchiatura costituita da due dischi a smeriglio, ruotanti in senso contrario e ad adeguata distanza, che rompono le glumette senza intaccare il granello.

6. La **sbiancatura** prevede uno o più passaggi nella sbiancatrice, in cui i due coni (uno dentro l'altro), ricoperti da una superficie smerigliata, tolgono i residui delle glumette e il pericarpo. Il risone, una volta liberato da esse ed opportunamente lavorato, presenta un colore bianco avorio e consistenza dura. Nello stesso tempo, vengono eliminati i grani rotti o sottili attraverso dei separatori chiamati "bonarde". Si ottiene così il riso semilavorato, bianco o mercantile.

La gemma del riso, asportata durante la sbiancatura, viene recuperata per ottenere olio di riso, invece altre parti eliminate vengono utilizzate per produrre "farinaccio", dal quale si ottiene mangime per animali.

7. La **lucidatura** è compiuta in macchinari simili alle sbiancatrici ma con coni rivestiti da strisce di cuoio, che ha lo scopo di rendere il chicco più bianco e levigato. Il riso ottenuto è chiamato riso lavorato. E' poi possibile effettuare due procedimenti:

-La **brillatura**: prevede un trattamento con talco e glucosio che fornisce il riso brillato, bianco e traslucido.

-L' **oliatura**: ricopre il riso raffinato con un sottile strato di olio, lino o vasellina. Il riso ottenuto è detto "camolino".

L'operazione di brillatura era molto comune, ma nella maggior parte degli impianti attuali la lucidatura avviene tramite l'acqua polverizzata che attraverso il flusso di riso porta via la polvere residuale della lavorazione.

I vari tipi di riso così ottenibili sono:

-riso grezzo: il seme della pianta di riso ancora rivestito dalle glumette denominate "lolla";

-riso semigreggio (o integrale): è il prodotto ottenuto dalla sbramatura del riso greggio con

completa esportazione della lolla; il processo di sbramatura può dare luogo a scalfiture del pericarpo;

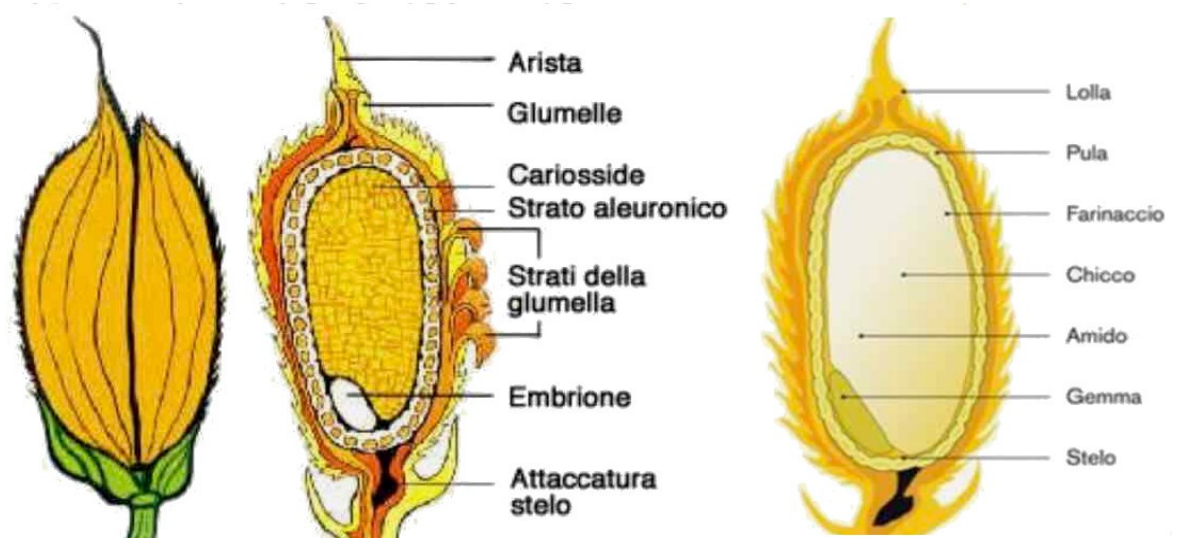
-riso: è il prodotto ottenuto dal riso grezzo con completa asportazione della lolla e successiva parziale o completa esportazione del pericarpo e del germe;

-il riso camolino: si ottiene dopo l'oliatura;

-il riso brillato: si ottiene ricoprendolo con talco o glucosio.

L'industria ha sviluppato ulteriori procedimenti per ottenere maggiore qualità.

(Andrea D., Giulia Ber.)



Giochi sul riso (parte 1)

CRUCIRISO

Trova tutte le parole!

R	I	S	A	I	E	U	R	L	A	R	E
C	O	L	T	I	V	A	Z	I	O	N	I
F	B	C	E	W	T	M	I	G	L	I	O
W	A	O	R	Z	I	R	I	S	O	L	A
I	C	L	R	S	P	I	A	N	U	R	A
L	A	O	E	P	I	S	M	C	O	N	O
A	I	N	N	I	D	A	I	U	N	M	O
E	L	I	O	G	I	T	T	N	A	A	N
R	A	E	O	H	R	A	O	O	R	M	A
E	T	S	O	E	I	D	I	O	G	M	V
C	I	D	U	E	S	P	A	P	A	A	I
R	I	S	I	C	O	L	T	U	R	A	D

CEREALI

COLTIVAZIONI

GRANO

ITALIA

MIGLIO

PIANURA

RISAIE

RISICOLTURA

RISO

SPIGHE

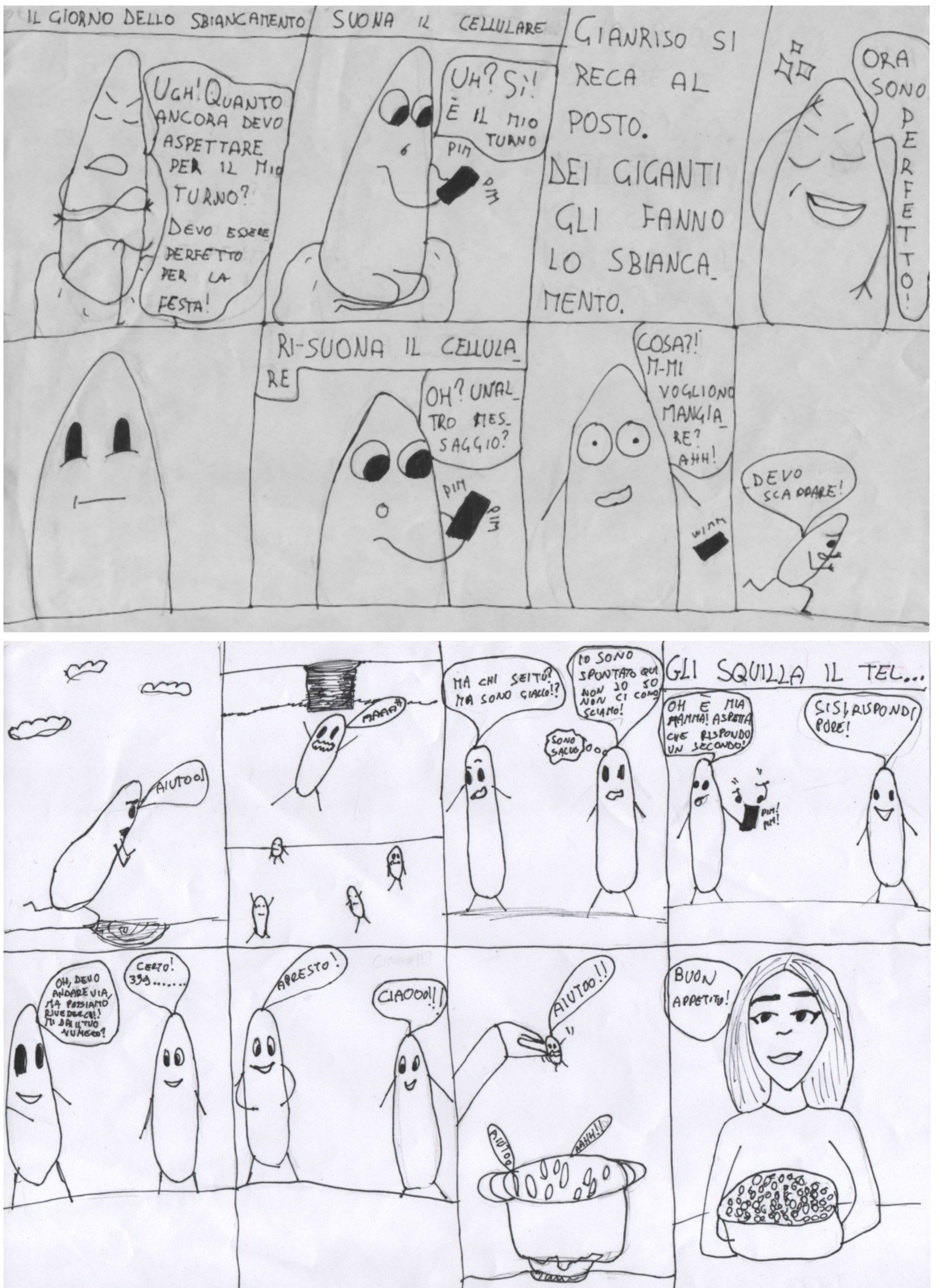
TERRENO

TIPI DI RISO

Alessio, Antonio, Evan

Vita di un chicco di riso

Storia a fumetti creata da Giulia V. - Zoe - Giada



Spettacolo

Il riso in TV e al cinema

OGGI IN TV

RAI 1	RAI 2	RAI 3
7:10 - Un risotto ogni mattina	11:10 - I segreti sul riso	8:00 - Il sor-rioso si vede dal mattino
10:00 - Non inquinare le risaie	13:00 - TG2 - La tragedia del riso	10:30 - Il riso libero
11:10 - La storia del riso	13:30 - TG2 - Tutto bello finche non arriva la pasta	11:55 - Meteo del riso
11:55 - E'sempre mezzogiorno quando c'è un piatto di riso pronto	14:00 - La cucina di Benedetta	12:25 - TG3 - Fuori riso
13:30 - TG1 - Informazioni sul riso	15:15 - RIS - Risotti imperfetti	12:45 - Quante storie sul riso
14:00 - Oggi è un nuovo giorno per il riso del nonno	17:00 - Harry Sotter e la Pietra Risosofale	13:15 - Le storie del riso e delle risaie
15:55 - Se penso al paradiso penso al mio riso	18:00 - TG2 - Parlamento Risaia	14:00 - TG3 - Mondine; meteo riso
16:45 - TG1 riso speciale solo oggi	18:15 - TG2 - I monopattini elettrici hanno distrutto delle risaie	14:50 - TGR contadino
17:05 - Il riso cresce in diretta	18:30 - TG2 - Il riso sport	15:05 - TGR piazza affari del riso
18:45 - Alla lotteria si vince solo il riso	18:50 - C'è riso per te	15:20 - Il parlamento delle mondine
20:00 - TG1 - Il virus del riso	19:40 - Amici del riso	15:25 - #maestri del riso
20:30 - I 1 ladri del risotto sono tornati	21:00 - TG2 - Speciale riso	16:05 - Rigeso
21:25 - I ladri del risotto sono stati scoperti	21:20 - Harry Sotter e la Camera del Riso	18:55 - TG3 La nuova scoperta del riso
23:40 - Aprite! C'è un chicco di riso	23:45 - Il collegio del riso	20:00 - Riso è Blob
		20:45 - Il Grison
		00:00 - TG3 Riso notte

CANALE 5	ITALIA 1
8:45 - Riseria Cinque	8:30 - Dr. Rice
10:00 - Riseria Cinque Ore 10	10:20 - C.S.I. Novara
11:00 - Risum	12:10 - Cotto e mangiato
13:00 - Meteo Risaia.it	12:25 - Riso Aperto
13:40 - Risiful	13:00 - Grande Risotto VIP
14:10 - Una vita nella risaia	13:15 - Sport - Olimpiadi in risaia
14:45 - Uomini e Mondine	14:05 - I Risimpson
16:10 - Amici di Maria De Risi	15:25 - Young Risotton
16:40 - Grande Risotto VIP	15:55 - Big Arancino Theory
16:50 - Paniscia is in the air	16:45 - Modern Rice Family
17:35 - Risotto Cinque	17:35 - Due chicchi di riso e 1/2
18:45 - Caduta libera - Nel pentolone	18:20 - Riso Aperto - Live
19:55 - TG5 - Prima risaia	19:30 - C.S.I. Novara
20:00 - TG5 Risaia.it	21:20 - The Great Mietitrezza
20:40 - Striscia tra i campi	23:20 - 300 chicchi di riso
21:20 - Zelig 2021 - Battute sul riso	
1:05 - TG 5 Notte - Ultime notizie dalla risaia	

FILM OGGI AL CINEMA (SOLO NELLE MIGLIORI SALE!)



Trama:

Harry Sotter è stato ammesso alla scuola di Magia e Risotteria di Hogwarts. Non si parla solo di magia, ma anche del riso...



Trama:

Harry parla con un fantasma che gli dice che in una stanza c'è il riso sacro, ma non c'è solo quello...



Trama:

Io non ho mai visto il Grison; dicono che odia il Natale e che si nasconde dalla città dei *Non So Chi* vivendo in un pentolone...

Giochi sul riso (parte 2)

RISOVERBA

Cruciverba sul tema del riso

Leggi attentamente le definizioni e inserisci le parole corrispondenti.
Nelle caselle in grassetto apparirà la parola "segreta"!

1.					□									
	2.				□									
		3.			□									
	4.				□									
		5.			□									
	6.				□									
		7.			□									

DEFINIZIONI:

1. La spezia che si usa per realizzare il risotto alla milanese.
2. Tipico piatto novarese, a base di riso, fagioli, verza, verdure aromatiche, pomodori, cotenne, salame d'oca. C'è anche un piatto simile, ma più semplice, di origine vercellese.
3. Costruzione destinata alla conservazione e all'invecchiamento di prodotti, come il riso e i cereali.
4. Il tipo di riso grezzo, più nutriente tra tutti.
5. Riso a granello greggio, che si ottiene dopo la sbiancatura.
6. Processo che permette di rendere il riso più idoneo alla conservazione e lavorazione; avviene intorno ai 35-40°C.
7. Sinonimo di buccia del riso, pula.

La parola "segreta" è

□	□	□	□	□	□	□
---	---	---	---	---	---	---

Piatti realizzati da amici e parenti

Ricette a base di riso

Cucina

Il riso si può cucinare in diversi modi, dando risultati da chef.
Si possono fare piatti appetitosi, come: Paniscia, insalata di riso... Ecco le nostre ricette!

INSALATA DI RISO

L'insalata di riso è sempre un'ottima ricetta per i pranzi e cene leggere, è molto semplice da fare.

Ecco gli ingredienti:

300 G di riso
15 pomodorini ciliegia
6 filetti d' acciuga
200 G di olive nere o verdi
affumicate
prezzemolo
olio extravergine d'oliva
Sale

Variante:

300 G di riso
5 o 10 pomodorini ciliegia
mezza scatola di tonno
mezza scatola di mais e
piselli
2 o 3 wurstel
4 o 5 olive
sale
olio extravergine d'oliva



PROCEDIMENTO:

Bollite il riso, tagliate gli ingredienti e unite il tutto. BUON APPETITO!

RISO ALLA CANTONESE

Ingredienti:

2 Uova
prosciutto (1 o 2 fette)
piselli
olio di soia
riso



PROCEDIMENTO:

Prima di tutto bisogna bollire il riso per 15 minuti. Finito di bollire scolatelo; nel mentre fate le due uova strapazzate e infine spezzatele. Poi fate soffriggere il prosciutto (1 o 2 fette) con i piselli e un po' d'olio per qualche minuto. Unite il tutto e mescolate bene. BUON APPETITO!

RISO PEPERONI E SGOMBRI

Ingredienti: (per 4 persone)

280 g di riso Parboiled
1 peperone rosso e 1 giallo
1o2 cucchiari di limone
1 ciuffo di basilico
2 cetrioli
1 barattolo di filetti di sgombro
paprika dolce
olio extravergine d'oliva
sale



PROCEDIMENTO:

Lavate e asciugate i peperoni, spennellateli con poco olio e poi abbrustoliteli sotto il grill del forno, rigirandoli su ogni lato per 30-40 minuti, fino a quando la pelle si secca. Tirateli fuori dal forno e lasciateli raffreddare, pelateli e tirate via i semi, frullateli con 5 cucchiari di olio, mezzo di acqua, una decina di foglie di basilico, un pizzico di sale e uno di paprika e il succo di limone. Pelate i cetrioli e scolate gli sgombri. Bollite il riso e poi mescolatelo con gli altri ingredienti e lasciatelo insaporire per mezz'ora. BUON APPETITO!

RISOTTO CON MORTADELLA

Ingredienti: (per 4 persone)

400 g di riso
20 g di burro
150 g di mortadella
80 g di parmigiano reggiano grattugiato
1 confezione di besciamella (600 g)
20 g di pecorino grattugiato
2 bustine di zafferano
sale e pepe



PROCEDIMENTO:

Scaldare la besciamella con lo zafferano e il formaggio, aggiungendo il pepe. Bollite il riso e scolatelo, mettetelo in una ciotola con la besciamella. Tagliate la mortadella. Imburrate una pirofila, versate dentro il riso condito, spolverate con il formaggio e aggiungetelo al burro. La mortadella tenuta da parte è da mettere in forno già caldo per 200°C per 15 minuti. Togliete il riso dal forno, lasciatelo riposare per 5 min. e servite. BUON APPETITO!

RISO AL FORNO DIETETICO

Ingredienti:

Formaggio magro
verdure
riso
si possono aggiungere:
besciamella, gorgonzola, salsiccia...



PROCEDIMENTO:

Prima di tutto bollite il riso per 15 min, poi scolatelo; tagliate e cuocere le verdure per qualche min. in base alla dimensione. Procedere a strati come per la lasagna. BUON PRANZO O CENA!

RISO AI QUATTRO FORMAGGI

Ingredienti:

Riso
acqua
formaggi (4)



PROCEDIMENTO:

Fate bollire il riso con l'acqua, fate sciogliere i formaggi (4). Unite il tutto. BUON APPETITO!

RISO ALLA ZUCCA

Ingredienti:

zucca
burro
gorgonzola
brodo di verdure
riso



PROCEDIMENTO:

Prima di tutto fate bollire il riso 15 min e scolatelo; aggiungete il brodo, frullate la zucca e cuocetela. Sciogliete il burro e unitelo alla zucca, aggiungete il gorgonzola, girate il tutto e... BUON APPETITO!

PANISCIA

Ingredienti:

350 g di riso
400 g di verza mondata
200 g di fagioli secchi o 300 freschi
granati
2 coste di sedano
1 carota
3 pomodori
300 g di cotenna e 75 g di pancetta
(maiale)
25 g di burro
1-2 di cipolla
1 salame conservato o una salamella
morbida
2 l d'acqua
1-2 vino rosso
sale e pepe



PROCEDIMENTO:

Bollire il riso con il sale, tagliare e far bollire con l'acqua le verdure (verze, carote, sedano, fagioli secchi e pomodori) per 10 min, poi aggiungerle al riso, mettere a cuocere la cotenna e la pancetta di maiale; sciogliere il burro; mettere in padella la cipolla.

Aggiungere il vino rosso, il salame, sale e pepe e mescolare il tutto. BUON APPETITO!

Giulia Bell., Beatrice, Valeria

Altri piatti realizzati da noi

RISOTTO CON I PISELLI

Andrea D.



RISOTTO CON ZUCCA (CREMA E DADI) E ROSMARINO

Martino



RISOTTO AI FUNGHI



RISOTTO CON MELAGRANA, GAMBERETTI E TIMO

Martino



PAG 15

COTECHINO SU LETTO DI RISO VENERE

Giulia Bell.



RISOTTO AI FRUTTI DI MARE

Valeria

