



Risotti

ΠΑΝΟΣ ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ

Risotti

Θέση υπογραφής δικαιούχου/-ων δικαιωμάτων πνευματικής ιδιοκτησίας,
εφόσον η υπογραφή προβλέπεται από τη σύμβαση

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις της ελληνικής νομοθεσίας (Ν. 2121/1993, όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής άδειας του εκδότη κατά οποιονδήποτε τρόπο ή μέσο (ηλεκτρονικό, μηχανικό ή άλλο) αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.

Εκδόσεις Πατάκη – Μαγειρική

Πάνος Ιωαννίδης, *Risotti*

Υπεύθυνος έκδοσης: Κώστας Γιαννόπουλος

Διορθώσεις: Ιωάννα Ανδρέου

Φωτογραφίες: Νίκος Νασιάκος

Σελιδοποίηση, επεξεργασία φωτογραφιών: Σπύρος Ρένεσης

Copyright© Σ. Πατάκης ΑΕΕΔΕ (Εκδόσεις Πατάκη) και Πάνος Ιωαννίδης, 2019

Πρώτη έκδοση από τις Εκδόσεις Πατάκη, Αθήνα, Δεκέμβριος 2020

Κ.Ε.Τ. Γ432 Κ.Ε.Π. 909/20

ISBN 978-960-16-8321-8



ΠΑΝΑΓΗ ΣΤΑΛΔΑΡΗ (ΠΡΩΗΝ ΠΕΙΡΑΙΩΣ) 38, 104 37 ΑΘΗΝΑ, ΤΗΛ.: 210.36.50.000, 210.52.05.600, 801.100.2665 - FAX: 210.36.50.069
ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΔΙΑΘΕΣΗ: ΕΜΜ. ΜΠΕΝΑΚΗ 16, 106 78 ΑΘΗΝΑ, ΤΗΛ.: 210.38.31.078
ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ ΒΟΡΕΙΑΣ ΕΛΛΑΔΑΣ: ΚΟΡΥΤΣΑΣ (ΤΕΡΜΑ ΠΟΝΤΟΥ – ΠΕΡΙΟΧΗ Β' ΚΤΕΟ),
570 09 ΚΑΛΟΧΩΡΙ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ, Τ.Θ. 1213 ΤΗΛ.: 2310.70.63.54, 2310.70.67.15 - FAX: 2310.70.63.55
Web site: <http://www.patakis.gr> • e-mail: info@patakis.gr, sales@patakis.gr

ΠΑΝΟΣ ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ

Risotti

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ	9	Ριζότο Romesco	108
Το τέλειο ριζότο	17	Ριζότο με πέστο φουντουκιού	112
Τα βασικά συστατικά	21	Ριζότο με πουρέ κάστανο και εστραγκόν	116
Τα σκεύη	33	Ριζότο με άρωμα μαύρης τρούφας και σμέουρα	120
Η διαδικασία	39	Ριζότο αλά γεμιστά	124
Το ριζότο... διαφορετικά!	47	Ριζότο με σπαράγγια και λάιμ	128
ΖΩΜΟΙ	55	Ριζότο με φράουλες και πετιμέζι	132
Ζωμός λαχανικών	56	Ριζότο με σαγανάκι γαρίδας	136
Ζωμός κοτόπουλου	58	Ριζότο με αγκινάρες και μπέικον	140
Ζωμός πάπιας	60	Vegan ριζότο με αβοκάντο και κρέμα καρύδας	144
Ζωμός αρνιού	62	Vegan ριζότο με μανιτάρια, κρέμα πατάτας και λάδι τρούφας	148
Ζωμός από κόκαλα με μεδούλι	64	Vegan ριζότο με πουρέ σελινόριζας και καραμελωμένο πράσινο μήλο	152
Ζωμός ψαριού	66	Ριζότο με προσούτο, πεπόνι και μοτσαρέλα	156
Ζωμός από όστρακα	68	Ριζότο με φουαγκρά και Vinsanto	160
Μπισκ: Ζωμός από οστρακόδερμα-γαρίδες	70	Ριζότο με χωριάτικο λουκάνικο και κρουτόν από χαλούμι	164
RISOTTI	73	Ριζότο με κοτόπουλο, κάρι και ανανά	168
Ριζότο Cacio e pepe	74	Ριζότο με κοτόπουλο satay	172
Ριζότο alla milanese	76	Ριζότο Paella	176
Ριζότο με τριφολάτα μανιταριών	80	Ριζότο Vitello tonnato	180
Ριζότο με παντζάρι, κασικίσιο τυρί και καρύδια	84	Ριζότο γαμπούλαφο	184
Ριζότο με γκοργκοντζόλα και καραμελωμένα αχλάδια	88	Ψητό αρνί στον φούρνο	189
Ριζότο με πέστο ρόκας και λιαστή ντομάτα	92	Christmas Risotto με κολοκύθα, τζιντζερ και μπέικον	190
Ριζότο με γκριλιάτα λαχανικών	96	New Year's Eve Risotto με μύρτιλα και πάπια	194
Ριζότο με κρέμα αρακά και αρωματικό λάδι δυόσμου	100	Funky ριζότο	198
Ριζότο Amaro bitter	104	Ριζότο με γαρίδες και πορτοκάλι	202

Ριζότο με γαρίδες σοσέ και chorizo	206	Φαγοπυρότο με καραβίδες και άρωμα βανίλιας	280
Ριζότο με βότκα και καπνιστό σολομό	210	Σπετζοφάι με ριζότο al salto	284
Ριζότο με κτένια και αποξηραμένο προσούτο	214	Ριζότο al salto με γλυκοπατάτα και γαρίδες	288
Ριζότο με καπνιστή πέστροφα και πέστο σπανάκι	218	Arancini μανιταριών με κρέμα γραβιέρας και άρωμα τρούφας	292
Ριζότο «μυδοπίλαφο»	222	Arancini γαρίδας με σάλτσα μπισκ	296
Ριζότο με παντζάρι, μύδια και σμέουρα	226	Arancini με σαφράν και κρέμα παρμεζάνας	300
Ριζότο με σπανάκι και γόνιο καλαμάρι	230	Arancini τραχανότο με παστουρμά, μετσοβόνη και μαρμελάδα ντομάτας	304
Ριζότο με μελάني σουπιάς και θαλασσινά	234		
ΚΡΙΘΑΡΟΤΟ / ΚΟΥΣΚΟΥΣΟΤΟ / ΤΡΑΧΑΝΟΤΟ / ΠΛΙΓΟΥΡΟΤΟ / ΦΑΓΟΠΥΡΟΤΟ / AL SALTO / ARANCINI	239	ΓΛΥΚΕΣ ΓΕΥΣΕΙΣ	309
Κριθαρότο γιουβέτσι	240	Ζεστό ρυζόγαλο με κεράσια και φρέσκο θυμάρι	310
Κριθαρότο ιμάμ	244	Γλυκό ριζότο τιραμισού	312
Κριθαρότο με γλασαρισμένα ντοματίνια, βασιλικό και μοτσαρέλα	248	Γλυκό ριζότο φούρνου	314
Κριθαρότο με πεσκανδρίτσα και καραμελωμένο κρεμμύδι	252	Γλυκό ριζότο brûlée με γάλα καρύδας και μάνγκο	316
Κουσκουσότο με μανιτάρια σε καλάθι παρμεζάνας	256	Ρυζόγαλο Royal (Danish Christmas pudding)	318
Κουσκουσότο με τσιπούρα, κάππαρη και λιαστή ντομάτα	260	ΓΛΩΣΣΑΡΙ	321
Κουσκουσότο αλά καρμπονάρα	264	ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΥΛΙΚΩΝ	329
Τραχανότο με απάκι, ραδίκια και γραβιέρα	268	ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ	333
Τραχανότο με σύγκλινο, ντομάτα, πορτοκάλι και φέτα	272		
Πλιγουρότο Slatá misuya (τυνησιακή σάλτσα)	276		

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

*Στην Ιταλία λένε: «Το ριζότο το περιμένεις, δε σε περιμένει ποτέ».
Είναι όμως κάτι που πραγματικά αξίζει να περιμένεις – όπως και
όλα τα όμορφα πράγματα. Αρκεί να είναι ένα σωστό ριζότο,
ένα ριζότο που θα προσφέρει στον ουρανίσκο σου
την υπέρτατη γευστική απόλαυση και σ' εσένα μια μοναδική ευκαιρία
να ταξιδέψεις νοερά μέχρι την Ιταλία, τη χώρα που γέννησε αυτό
το τόσο απλό και ταυτόχρονα τόσο σύνθετο πιάτο.*

Η ΠΡΩΤΗ ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΟΥ ΜΕ ΤΟ ΡΙΖΟΤΟ, η στιγμή που το ερωτεύθηκα και ένιωσα την επιτακτική ανάγκη να μάθω τα πάντα για αυτό, ήταν το 1995 στην Ιταλία. Ήταν η πρώτη μου φορά σε επαγγελματική κουζίνα υψηλής γαστρονομίας, σε ένα πεντάστερο ξενοδοχείο στο Lago di Como.

Πρώτη μέρα σε μια κουζίνα τέτοιων προδιαγραφών και πρώτη γνωριμία με ένα πιάτο που ο σεφ ετοίμαζε με απόλυτη προσήλωση για ένα πολύ σημαντικό banquet. Όταν πλησίασα, είδα να φτιάχνει έναν λαπά. Κάτι που έμοιαζε με αυτό που με το ζόρι μου έδινε η μαμά μου όταν ήμουνα άρρωστος. Κι όμως... Όταν με παρότρυνε να δοκιμάσω, βίωσα μία από τις πιο εντυπωσιακές μαγειρικές εκπλήξεις της ζωής μου. Ίσως την πιο εντυπωσιακή. Για εμένα, ήταν μια αποκάλυψη.

Η γεύση, η νοστιμιά, η υφή, η απλότητα και ταυτόχρονα η πολυπλοκότητα, η λιπαρότητα... Το ρύζι, η παρμεζάνα, το βούτυρο σε απόλυτη ισορροπία. Το αποτέλεσμα ήταν σχεδόν μαγικό. Το συναίσθημα που μου δημιούργησε ήταν τόσο έντονο, που καταγράφηκε μέσα μου μια για πάντα. Κι εκείνη τη στιγμή διαμόρφωσε την απόφασή μου να το ανακαλύψω στην ολότητά του. Να μάθω τα μυστικά του, τις τεχνικές του, τις λεπτομέρειές του, τις απαιτήσεις του, τις παραξενιές του, τις ιδιαιτερότητές του, τις διαδικασίες του.

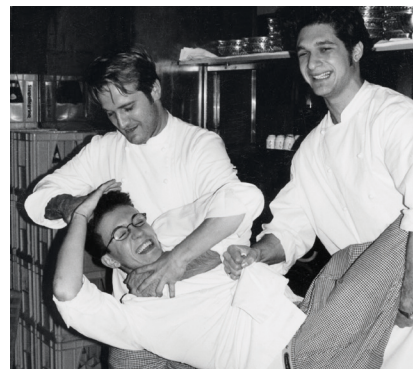
Η κρεμώδης υφή του που χρειάζεται υπομονή και συνεχή φροντίδα για να δημιουργηθεί. Το ρύζι που παραμένει al dente στην καρδιά του. Η πικάντικη σπιρτάδα





Βασιλική Πρεσβεία της Δανίας, Αθήνα, 1999.

της παρμεζάνας που ισορροπεί με τη λιπαρότητα και δημιουργούν το απόλυτο umami. Το ριζότο είναι μια ολόκληρη κουλτούρα, μια φιλοσοφία, και σε αυτήν είναι αφιερωμένο τούτο το βιβλίο. Κινητοποίησε τη φαντασία μου, τη μαγειρική μου έμπνευση και την έντονη επιθυμία μου να δοκιμάσω καινούρια γευστικά μονοπάτια. Ήμουν στην αρχή της καριέρας μου και μόλις είχα εντοπίσει τον πρώτο μου στόχο. Το ριζότο. Την τέχνη του. Γιατί περί τέχνης πρόκειται...



Μια τέχνη όπου οι αντιθέσεις ισορροπούν, μια αριστουργηματικά απλή βάση που γίνεται καμβάς για να πειραματιστείς, να δημιουργήσεις, να εκφραστείς. Ένα πιάτο με τεχνικές, κανόνες, διαδικασίες που πρέπει να ακολουθήσεις πιστά κι ευλαβικά, και ταυτόχρονα ένα πιάτο που σου ζητά να αφηθείς. Αφού εξοικειωθείς και αποκτήσεις την εμπειρία, πρέπει να απελευθερωθείς. Για να δημιουργήσεις τους δικούς σου συνδυασμούς, με βάση τη δική σου προσωπικότητα, τα δικά σου γούστα, την έμπνευσή σου...

Στο Como έμαθα πολλά για το ριζότο. Στο Four Seasons στο Μιλάνο ακόμα περισσότερα. Από έναν πολύ σημαντικό Ιταλό σεφ, τον Sergio Mei. Έμαθα τα στάδια, βρήκα τις απαντήσεις σε όλα τα γιατί που κρύβει και σεβάστηκα τα πρέπει που έχει ένα ριζότο. Έμαθα τις τεχνικές, τις διαδικασίες, τη σπουδαιότητα της λεπτομέρειας. Έμαθα τις απαιτήσεις του.

Το ριζότο απαιτεί τη συνεχή παρουσία σου. Δε σου επιτρέπει να απομακρυνθείς. Χρειάζεται τη διαρκή προσοχή σου. Να το ανακατεύεις συνεχώς – ούτε πολύ έντονα ούτε πολύ αδιάφορα. Θέλει την ενέργειά σου, τη φροντίδα σου, την ευγένειά σου, την αγάπη σου, το ενδιαφέρον σου, αλλιώς θα αποτύχει. Κάτι σαν τις προσωπικές μας σχέσεις. Αυτό είναι. Μια σχέση. Το ριζότο απαιτεί να αναπτύξεις μια σχέση μαζί του. Που, αν αντιληφθείς τη δομή του και τη φιλοσοφία του, θα είναι μια σχέση παντοτινή.

Η μαγειρική σου αντίληψη είναι απαραίτητη. Οι αισθήσεις σου πρέπει να είναι σε εγρήγορση. Μαθητής μέχρι να μάθεις τα βασικά βήματα και στάδια. Δημιουργός και συνθέτης όταν τα οικειοποιηθείς.

Μετά έρχεται η εμπειρία, η δημιουργικότητα και η απελευθέρωση της φαντασίας. Αφού έχεις εξασφαλίσει την τεχνική γνώση, αφού έχεις κατανοήσει τις ιδιότητές του, είσαι πια ελεύθερος να χτίσεις τη δική σου γεύση και να απολαύσεις κάτι μοναδικό. Όπως το ριζότο που έφτιαχνε ο τελευταίος μου δάσκαλος, ένας ώριμος, ηλικιωμένος Μιλανέζος σεφ, με πολυετή εμπειρία στην κουλτούρα αυτού του ιδιαίτερου



Με τον σεφ Davide Oldani (Ristorante Giannino), Μιλάνο, 1997.

πιάτου. Αυτός μου έμαθε τις τελευταίες λεπτομέρειες. Με έμαθε τη σπουδαιότητα του σωστού timing. Με έμαθε να ακούω, να βλέπω, να αντιλαμβάνομαι με όλες μου τις αισθήσεις την τεχνική σε αυτό το τόσο ξεχωριστό φαγητό. Με έμαθε ότι το ριζότο πρέπει να το αισθάνεσαι. Να διαισθάνεσαι, να προλαβαίνεις. Και κυρίως να το απολαμβάνεις – από τη στιγμή που ξεκινάς να το δημιουργείς μέχρι τη στιγμή που θα απογειώσει τους γευστικούς σου κάλυκες.

Λένε πως τίποτα δε γίνεται τυχαία. Έτσι κι εγώ με τη σειρά μου δε θεωρώ τυχαίο που βρέθηκα στην Ιταλία για την πρώτη μου δουλειά, για την αρχή της μαγειρικής μου καριέρας. Εκεί γνώρισα το ριζότο και τη μαγεία που κρύβει. Τη φιλοσοφία του, τη γεύση του, τις αμέτρητες προεκτάσεις του. Άνοιξε ένα μαγειρικό μονοπάτι στη δημιουργικότητά μου ως μάγειρα και ξεκίνησε ένα ατελείωτο γευστικό ταξίδι.

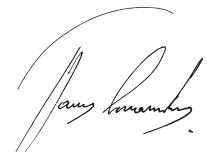
Αυτό το βιβλίο δεν είναι ένα βιβλίο συνταγών. Ναι, θα βρείτε τις συνταγές μου. Ναι, θα βρείτε κάποιες από τις ιδέες μου. Αυτό που θέλω κυρίως όμως να βρείτε είναι ο δρόμος για να δημιουργήσετε το δικό σας ριζότο. Στις σελίδες που ακολουθούν θα διαβάσετε το απόσταγμα της εμπειρίας μου και των γνώσεών μου, τις τεχνικές που ένα ριζότο απαιτεί. Τις συμβουλές, τα βήματα που θα σας οδηγήσουν στο ριζότο που εκφράζει εσάς. Σε αυτό το βιβλίο εγώ θα σας δείξω τον τρόπο, θα σας εξηγήσω τη φιλοσοφία, αλλά την προσωπικότητα θα τη βάλετε εσείς. Εγώ θα σας δείξω το πώς κι εσείς θα δημιουργήσετε το θέλω σας. Αυτό επιδιώκω. Να σας βοηθήσω να αποκωδικοποιήσετε τις τεχνικές απαιτήσεις, ώστε να μπορέσετε να αποτυπώσετε τον εαυτό σας.

Αυτό κάνω κι εγώ κάθε φορά που καλούμαι να δημιουργήσω ένα ριζότο. Είναι από τα πιάτα που τους δίνω πραγματικά όλη μου την προσοχή και την ενέργεια όταν τα φτιάχνω, που με απορροφούν τόσο, που χάνω την αίσθηση του χρόνου. Είναι από τα πιάτα που κινητοποιούν τις υπόλοιπες αισθήσεις μου. Όλες.

Το ριζότο είναι μια κατηγορία από μόνο του. Είναι η ομορφιά της απλότητας, που πάντα με γοήτευε. Είναι η γοητεία του «δεσίματος» και της αφοσίωσης που απαιτούνται για να λειτουργήσει κάτι και να έχει αποτέλεσμα...

Αν το παρομοιάζα με κάτι, σίγουρα δε θα ήταν κάποιο άλλο φαγητό. Περισσότερο θα έλεγα ότι μοιάζει με έναν απαιτητικό σύντροφο σε μια ερωτική σχέση που διεκδικεί όλη σου την προσοχή. Είναι σαν λάβα και θα σε κάψει αν δεν προσέξεις. Απαιτεί τη συμμετοχή, τον κόπο σου, αλλά και την υπομονή σου. Θέλει τον δικό του χρόνο για να ολοκληρωθεί, να εξελιχθεί, και στο τέλος θέλει εσένα –που ήσουν συνεχώς κοντά του– για να σε ανταμείψει. Να το απολαύσεις με πάθος, αλλά χωρίς να βιαστείς. Να σου προσφέρει την απόλυτη πληρότητα σε μια από τις πιο βασικές σου αισθήσεις. Στην πρώτη αίσθηση που γνώρισες μετά τη γέννησή σου: τη γεύση.

Καλή επιτυχία





Το τέλειο ριζότο

Μπαίνοντας στη χρονομηχανή και ταξιδεύοντας μέχρι τα 90's, λίγο πριν φύγω για την Ιταλία, όταν μιλούσαμε για ριζότο στην Ελλάδα εννοούσαμε ένα αμερικάνικο ρύζι parboiled, ένα πιλάφι ουσιαστικά με μιξ καταψυγμένων λαχανικών σε κυβάκια (καρότα, αρακά, κομμένα φασολάκια κ.λπ.). Το συναντούσαμε κυρίως σε μενού γάμων ή σε κέντρα διασκέδασης, μαζί με κρέας νουά ρολό σε φέτες με μια σάλτσα ψητού που προερχόταν από έτοιμη σκόνη, ή –στην καλύτερη περίπτωση– με μια κλασική demi glace.

Λίγα χρόνια αργότερα, το «ριζότο» έμοιαζε λίγο περισσότερο με αυτό που γνωρίζουμε σήμερα, είχε όμως μεγάλες διαφορές στη διαδικασία προετοιμασίας του, στα βήματα που ακολουθούνταν και φυσικά στα υλικά. Η μαντεκατούρα, το δέσιμο δηλαδή, για λόγους ταχύτητας και ευκολίας δεν γινόταν με βούτυρο αλλά με κρέμα γάλακτος, κάτι που καμιά φορά ακόμα γίνεται, λανθασμένα βεβαίως.

Το ριζότο είναι ένα από τα πιο νόστιμα πιάτα, πιστεύω, στο γαστρονομικό στερέωμα. Μια ευφυής μαγειρική επινόηση, ως ιδέα και σύλληψη, στον τεράστιο κόσμο της γεύσης. Είναι μια ολόκληρη φιλοσοφία που, αν μυηθείς στη διαδικασία της, μπορείς να δημιουργήσεις άπειρες παραλλαγές. Δεν ξέρω αν έχει μυστικά. Σίγουρα έχει τεχνικές, στάδια που πρέπει να ακολουθηθούν και που, αν τα παραβλέψεις, αν τους αλλάξεις σειρά, αν τα κάνεις με διαφορετικό τρόπο, θα επηρεάσουν μόνο αρνητικά το τελικό αποτέλεσμα.

Το ζητούμενο είναι να εξοικειωθείτε. Αν ακολουθήσετε τα βήματα της συνταγής, αν τα συνδυάσετε με την εμπειρία που θα αποκτάτε σιγά σιγά και τη μαγειρική σας αντίληψη, τότε πολύ σύντομα θα μπορείτε να δημιουργήσετε κι εσείς τις δικές σας ιδέες. Να αποτυπώσετε τη δική σας προσωπικότητα πάνω σε αυτό τον λευκό καμβά από ρύζι. Και τελικά να απολαύσετε ένα πραγματικά νόστιμο και μοναδικό πιάτο... που τρώγεται αμέσως, προτού κρυώσει και χάσει τη γοητεία του.



ΜΕ ΒΟΡΕΙΕΣ ΚΑΤΑΒΟΛΕΣ

Το ριζότο κατέχει εξέχουσα θέση στην ιταλική κουζίνα και πιο συγκεκριμένα στην κουζίνα της βόρειας Ιταλίας, εκεί όπου το κλίμα «σπκώνει» πιο λιπαρά φαγητά. Οι χαμηλότερες θερμοκρασίες έχουν μεγαλύτερες ενεργειακές απαιτήσεις και το βούτυρο και η παρμεζάνα που δένουν ένα ριζότο είναι ιδανικά για να καλύψουν θερμιδικά τις βόρειες ανάγκες.

Αν και η ιταλική κουζίνα είναι από τις πιο αγαπημένες και αναγνωρισμένες διεθνώς, θα ακούσετε τους Ιταλούς να λένε πως «δεν υπάρχει» ιταλική κουζίνα, αλλά η regionale italiana, που σημαίνει πρακτικά ότι η κάθε περιοχή έχει τη δική της κουζίνα. Ανάλογα με τα προϊόντα που παράγει, ανάλογα με τις κλιματολογικές συνθήκες, αλλά και σύμφωνα με τις επιρροές που έχει από τις γύρω περιοχές ή χώρες με τις οποίες συνορεύει, έχει αναπτύξει και καθιερώσει τη γευστική κατεύθυνση αλλά και τη φιλοσοφία της τοπικής παράδοσης.

Το ριζότο λοιπόν «ανήκει» στον βορρά. Και το αρχέτυπο ριζότο Μιλανέζε ανήκει στο Μιλάνο, φυσικά.

ΕΥΚΟΛΟ Ή ΔΥΣΚΟΛΟ ΤΕΛΙΚΑ;

Αν και έχει τη φήμη ότι πρόκειται για ένα δύσκολο πιάτο, εξαιτίας της συνεχόμενης προσοχής και της συγκεκριμένης διαδικασίας που απαιτεί πειθαρχία στην παρασκευή του, τελικά αποδεικνύεται εύκολο, αρκεί να ακολουθήσετε σωστά τα βήματα, να κατανοήσετε τις τεχνικές και τη φιλοσοφία του. Το σίγουρο είναι ότι μιλάμε για ένα πιάτο που πάντα εντυπωσιάζει.

Σε ένα μενού κατατάσσεται στα πρώτα πιάτα συνήθως, αν και πολύ συχνά το συναντάμε και ως κυρίως πιάτο.

ΤΑ ΥΛΙΚΑ

*Όπως και σε κάθε φαγητό, έτσι και στο ριζότο το επίπεδο της γεύσης εξαρτάται από την ποιότητα των υλικών. Και η λεία, βελούδινη υφή του εξαρτάται από τον τρόπο που θα μαγειρευτεί. Ο ζυμός πρέπει να προστίθεται αργά και σταδιακά, το ανακάτεμα πρέπει να είναι συνεχές, σταθερό και «ευγενικό», ώστε οι κόκκοι του ρυζιού να απελευθερώσουν το άμυλο και να δημιουργήσουν την κρεμώδη χαρακτηριστική υφή του, που είναι και το ζητούμενο, ενώ παράλληλα ο πυρήνας του ρυζιού να παραμείνει *al dente*.*

Η τελική γεύση θα κριθεί από την επιλογή των υλικών, τα οποία είναι και αυτά που θα διαμορφώσουν τον χαρακτήρα του πιάτου.

Αν είναι βασισμένο σε ζωική πρωτεΐνη (θαλασσινά, κρέας, αλλαντικά) ή απλά σε λαχανικά, η σύνθεση θα είναι ανάλογη, σε συνδυασμό με τη δημιουργικότητα και τη φαντασία, πάντα με τη σωστή τεχνική και τα γευστικά γούστα του δημιουργού.

Όπως σε όλα τα πράγματα στη ζωή, όλα ξεκινούν από μια βάση, από τα θεμέλια πάνω στα οποία μετά «χτίζουμε», συνθέτουμε και κατευθύνουμε το τελικό αποτέλεσμα. Βεβαίως και σε ένα γενικότερο πλαίσιο, οι τεχνικές και οι διαδικασίες είναι το Α και το Ω στη μαγειρική, το βέλτιστο αποτέλεσμα όμως έρχεται από τη σωστή επιλογή των υλικών, των ποιοτικών πρώτων υλών ή, μεταφορικά, των «δομικών» υλικών που θα χρησιμοποιηθούν για την επίτευξη του στόχου, δηλαδή το τέλειο ριζότο.

Μια κακή πρώτη ύλη, ακόμα κι αν τη διαχειριστείς τεχνικά με τον σωστό τρόπο, δεν μπορεί παρά να σου φέρει το πολύ ένα μέτριο ή ένα μέτρια καλό αποτέλεσμα – ποτέ όμως το τέλειο. Μια καλή πρώτη ύλη όμως που δουλεύτηκε κάτω από τις ίδιες βάσεις και τις ίδιες συνθήκες θα σου αποφέρει ένα άρτιο αποτέλεσμα.

Το ριζότο σας λοιπόν εξαρτάται πολύ από την ποιότητα των υλικών σας. Δώστε μεγάλη προσοχή στις επιλογές σας και να είστε σίγουροι πως θα πάρετε σε αντάλλαγμα το καλύτερο και το νοστιμότερο αποτέλεσμα.



Τα βασικά συστατικά

Ο ΖΩΜΟΣ

Οι ζωμοί στη γαλλική ορολογία λέγονται και fonds και χωρίζονται σε διάφορες κατηγορίες, όπως fond λαχανικών, πουλερικών, κυνηγιού, μοσχαριού κ.λπ. Με εξαίρεση τον ζωμό ψαριού, που λέγεται fumet. Θυμάμαι στα φοιτητικά μου χρόνια, στη Σχολή Τουριστικών Επαγγελματιών, ο καθηγητής μαγειρικής μάς είχε πει ότι τα fonds είναι τα φόντα της κουζίνας. Μου πήρε αρκετό καιρό να καταλάβω πόσο δίκιο είχε. Είναι γεγονός όμως πως οι ζωμοί είναι η γευστική βάση για να ξεκινήσουμε μια σάλτσα ή μια σούπα, να διαβρέξουμε ένα κρέας που ψήνουμε και φυσικά να εμπλουτίσουμε γευστικά ένα ριζότο.

Νερό και έτοιμοι ζωμοί: ναι ή όχι;

Ο ζωμός είναι η απαραίτητη υγρασία που χρειάζεται το ρύζι ώστε να ολοκληρωθεί ο βρασμός του, πριν «μεταμορφωθεί» σε ριζότο. Είναι όμως και αυτός που θα δώσει γεύση αλλά και άρωμα στο πιάτο. Και η εύλογη ερώτηση είναι: δε θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί σκέτο νερό; Η απάντηση είναι ναι, αλλά δεν είναι η καλύτερη επιλογή, μιας και θα λείπει ένα πολύ μεγάλο ποσοστό από τη γεύση που θα το έκανε ξεχωριστό. Δοκιμάστε το και θα καταλάβετε τη διαφορά.

Η ΓΛΥΚΙΑ ΕΞΑΙΡΕΣΗ Εξαίρεση στον κανόνα αποτελούν φυσικά τα γλυκά ριζότο που αναφέρονται στο βιβλίο, εκεί όπου η υγρασία που προστίθεται θα πρέπει να είναι ουδέτερη, δηλαδή σκέτο ζεστό νερό.

Σίγουρα υπάρχουν και πιο εύκολες λύσεις, όπως για παράδειγμα οι έτοιμοι ζωμοί που βρίσκουμε στο εμπόριο. Το αρνητικό σε αυτή την περίπτωση είναι ότι για τη συντήρηση των συγκεκριμένων ζωμών χρησιμοποιείται μεγάλο ποσοστό συντηρητικών και αλατιού. Και αν το πάμε και λίγο παραπέρα, έχουν ενδεχομένως και προσμίξεις χημικής κατεύθυνσης προκειμένου να ενισχυθεί η γεύση τους. Η ποσόστωση του αλατιού στους έτοιμους ζωμούς περιπλέκει το ριζότο, αφού το αλάτι κατά τον βρασμό δεν εξατμίζεται. Πρέπει συνεπώς να είμαστε πάρα πολύ προσεκτικοί στο συνολικό αλάτι που θα χρησιμοποιηθεί στο πιάτο. Ας μην ξεχνάμε άλλωστε ότι ένα βασικό συστατικό για το δέσιμο του ριζότο είναι η παρμεζάνα, που από τη φύση της είναι αρκετά αλμυρή. Ο συνδυασμός της λοιπόν με έναν έτοιμο ζωμό μπορεί να δώσει ένα τελικό αποτέλεσμα πολύ αλμυρό και καθόλου ευχάριστο.

Αν μιλήσουμε και επαγγελματικά, όλοι οι έτοιμοι ζωμοί έχουν και κάποιο κόστος. Οι ζωμοί που παρασκευάζουμε εμείς όμως είναι σαφώς πιο οικονομική επιλογή, αφού προκύπτουν από υλικά που θα χρησιμοποιήσουμε για το μαγείρεμα του ριζότο ή οποιουδήποτε άλλου φαγητού στην κουζίνα μας. Μπορεί να είναι από λαχανικά, κρέας, κόκκαλα ή ψάρια... ή ό,τι περισσεύει καθαρίζοντας, για παράδειγμα, ένα καρότο, ένα πράσο κ.λπ. Αντί να τα πετάξουμε, τα χρησιμοποιούμε για να φτιάξουμε έναν γευστικό και υγιεινό ζωμό.

ΠΡΟΣΟΧΗ Τους ζωμούς τους οποίους παρασκευάζουμε εμείς σε καμία περίπτωση δεν τους αλατίζουμε. Όπως εξηγήσαμε και πριν, το αλάτι δεν εξατμίζεται.

Η συντήρηση

Ο φρέσκος ζωμός μπορεί να διατηρηθεί στο ψυγείο 5 με 6 μέρες (σε καλή συντήρηση) και στην κατάψυξη μέχρι 3 μήνες.

Μπορεί επίσης με τη μέθοδο reduction (μείωση ποσότητας μέσω βρασμού) να αποθηκευτεί σε μικρότερες ποσότητες με μεγαλύτερη γευστική ένταση όμως. Στη συνέχεια –όταν τον χρειαζόμαστε– τον αραιώνουμε με καθαρό νερό ώστε να αυξηθεί η ποσότητά του χωρίς να χάσει σε γεύση, για να τον χρησιμοποιήσουμε ως υδάτινη βάση για το ριζότο, και όχι μόνο.

Μια πρακτική λύση στην προετοιμασία μας ώστε να έχουμε πάντα τον ζωμό που θα χρειαστούμε είναι να τον ετοιμάσουμε, να τον αφήσουμε σε φυσικό περιβάλλον να κρυώσει και να γεμίσουμε παγοκύβελους τις οποίες θα καταψύξουμε. Όταν λοιπόν έχουν γίνει παγάκια ζωμού, τα βγάζουμε από τις φόρμες και τα βάζουμε σε πλαστικά σακουλάκια αεροστεγώς κλεισμένα.

Θυμηθείτε να σημειώσετε την ημερομηνία παρασκευής στο σακουλάκι και το είδος του ζωμού που έχετε αποθηκεύσει. Όταν τον χρειαστείτε για κάποιο ριζότο, βγάλτε την ποσότητα και το είδος του ζωμού που επιθυμείτε και φτάστε τον σε σημείο βρασμού συμπληρώνοντας, αν θέλετε, λίγο ακόμα νερό.

Η θερμοκρασία

Βασική προϋπόθεση για την παρασκευή του ριζότο είναι ο ζωμός να είναι πάντα ζεστός. Αν φτάσει σε σημείο βρασμού, τότε χαμηλώνουμε την ένταση της φωτιάς ώστε να μην εξατμιστεί. Το ζητούμενο είναι να φτάσει στο σημείο που αντίζει, όχι να βράζει.

Ο λόγος που χρησιμοποιούμε έναν ζωμό ζεστό είναι ότι σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να ρίξουμε κατά τη διαδικασία μαγειρέματος τη θερμοκρασία στο ριζότο, γιατί αυτό θα έχει ως συνέπεια (εκτός από την καθυστέρηση της ολοκλήρωσής του) την πιθανότητα να λασπώσει. Ο ζωμός θα πρέπει να είναι πάντα ζεστός και να προστίθεται σταδιακά στο ριζότο κατά την παρασκευή του κρατώντας σταθερή τη θερμοκρασία βρασμού.

Χρήσιμες συμβουλές

Παρακάτω στο βιβλίο θα βρείτε συνταγές για να παρασκευάσετε τους δικούς σας ζωμούς και τις επιλογές μου από τα ριζότο όπου και θα τους χρησιμοποιήσετε.

Σαν κανόνα για να «σχεδιάσετε» το δικό σας ριζότο χρησιμοποιήστε τις εξής παραμέτρους: Για τα ριζότο με βάση τα λαχανικά ή τα vegeterian κ.λπ. σίγουρα ταιριάζει ένας ζωμός λαχανικών. Αυτονόητο. Τα πράγματα γίνονται πιο πολύπλοκα όταν θέλετε να συνθέσετε πιο πολύπλοκες γεύσεις. Εκεί η γευστική κατεύθυνση και το είδος του ζωμού που θα χρησιμοποιήσετε μπορεί να διαφέρουν – με στόχο την τελική γεύση και όχι απόλυτα με γνώμονα τη λογική. Π.χ. δε θα ήταν λάθος σε ένα ριζότο με γαρίδες να χρησιμοποιήσετε εκτός από ζωμό ψαριού ή γαρίδας και ζωμό κοτόπουλου. Αλλά σε ένα ριζότο π.χ. με κοτόπουλο ή μοσχάρι θα είναι αρνητικό το αποτέλεσμα αν χρησιμοποιήσετε ζωμό ψαριού ή γαρίδας.

Αυτή η γνώση βέβαια έχει να κάνει με συνδυαστική υλικών και γεύσεων που απαιτούν επαγγελματική ή μεγάλη εμπειρία για να γίνει κατανοητή. Η καλύτερη και ευκολότερη τακτική που μπορείτε με επιτυχία να ακολουθήσετε είναι να επιλέξετε ζωμό ανάλογα με τον «ήρωα» του ριζότο, αυτόν δηλαδή που προσδιορίζει τη βάση της γεύσης του, ή αλλιώς το κύριο υλικό που το χαρακτηρίζει.

Σε πολλές περιπτώσεις συνταγών για σάλτσες, σούπες κ.λπ. και φυσικά ριζότο συναντάμε και συνδυασμούς δύο ή περισσότερων ζωμών, οι οποίοι αναβαθμίζουν και ενισχύουν το γευστικό αποτέλεσμα. Όπως για παράδειγμα: ζωμό λαχανικών + ζωμό κοτόπουλου + ζωμό μοσχαριού, ή ζωμό κοτόπουλου + ζωμό ψαριού + ζωμό λαχανικών κ.λπ. Σε αυτές τις περιπτώσεις συνδυαστικής προκύπτουν πολυπλοκότερες γεύσεις και εντάσεις στη βάση κάθε συνταγής. Για να επιτευχθεί όμως η απαιτούμενη ισορροπία στο τελικό αποτέλεσμα, για να εναρμονιστεί το «κοκτέιλ» των ζωμών με τα υπόλοιπα υλικά, χρειάζεται μαγειρική εμπειρία. Αν έχετε τη διάθεση, μπορείτε να πειραματιστείτε.

Αυτό που πρέπει να προσέχουμε στους ζωμούς κατά την παρασκευή τους είναι, μετά το σοτάρισμα των υλικών σε φυτική λιπαρή ουσία, όπως είναι το ελαιόλαδο ή το ηλιέλαιο ή το σπορέλαιο, να προσθέτουμε κρύο νερό. Πρέπει να ξεκινάμε τον βρασμό τους πάντα με κρύο νερό. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να απελευθερωθούν οι γεύσεις και τα αρώματα από τα υλικά μας μέσα στον ζωμό που θα προκύψει.

Σε αντίθετη περίπτωση, όταν δηλαδή θέλουμε να κρατήσουμε τη γεύση μέσα στο υλικό, το βάζουμε σε νερό που κοκλάζει και όχι σε κρύο. Για παράδειγμα, αν θέλουμε να κάνουμε μια σαλάτα βραστών λαχανικών, βράζουμε νερό και ρίχνουμε τα λαχανικά μέσα τον χρόνο που τους αναλογεί. Αν θέλουμε να κάνουμε ζωμό, ρίχνουμε τα λαχανικά από την αρχή, σε κρύο νερό. Και σταδιακά τα βράζουμε σε μέτρια προς χαμηλή θερμοκρασία μέχρι να απελευθερώσουν όλη τη γεύση και τις ουσίες τους.

Για να ενισχύσουμε γευστικά έναν ζωμό, μπορούμε να προσθέσουμε μπαχαρικά και βότανα. Όπως, για παράδειγμα, κόκκους πιπέρι, δάφνη, μαϊντανό κ.λπ. Υπάρχουν και υλικά τα οποία δεν έχουν γευστική «αξία» σε έναν ζωμό. Υλικά που με τον βρασμό το αποτέλεσμα που δίνουν είναι από ουδέτερο έως αδιάφορο και κάποιες φορές κακό.

Αν μιλήσουμε για λαχανικά τα οποία δε θα μπορούσαν να εμπλουτίσουν με γεύση τον ζωμό, είναι π.χ. οι μελιτζάνες, τα κολοκυθάκια, τα σαλατοιειδή (μαρούλια, χόρτα), τα ραπανάκια, τα παντζάρια, οι πατάτες κ.λπ. Επίσης, δε χρησιμοποιούμε κάποια άλλα που χαρακτηρίζουν έντονα και σκεπάζουν τις υπόλοιπες λεπτές γεύσεις, όπως, για παράδειγμα, οι πιπεριές ή τα σπαράγγια.

Αν μιλήσουμε για θαλασσινά, κάποια ψάρια και τα κόκαλά τους κάνουν πολύ καλούς ζωμούς, όπως η τσιπούρα, η πεσκανδρίτσα, τα αφρόψαρα, και κάποια άλλα κάνουν λιγότερο ως καθόλου καλούς, όπως ο σολομός, οι σαρδέλες, ο ξιφίας, ο τόνος κ.λπ.

Στα κρέατα ισχύει ο κανόνας αλλά όχι τόσο αυστηρά. Το χοιρινό είναι από τα κρέατα που δε σου δίνουν τον τέλειο ζωμό σε σχέση με άλλα, όπως το μοσχάρι, το κοτόπουλο και κάποια κυνήγια.

Στη Γαλλία παραδοσιακά είθισται να χρησιμοποιούν στην κλασική μαγειρική το bouquet garni, το οποίο αποτελείται από βασικά λαχανικά όπως πράσο, σέλερι, καρότο, κοτσάνια από μαϊντανό, φύλλα δάφνης και κρεμμύδι, τα οποία τα κάνουν riquet με γαρίφαλα. Συνεπώς, τα λαχανικά που σίγουρα μας δίνουν έναν εύγευστο αρωματικό ζωμό είναι το κρεμμύδι, το σκόρδο, το πράσο, το καρότο, το σέλερι, η μαραθόριζα.

Μεγάλη προσοχή πρέπει να δώσουμε και στα λαχανικά που έχουν έντονη παρουσία χλωροφύλλης, στα πράσινα δηλαδή. Πέραν της ωραίας γεύσης που μπορούν να προσφέρουν, δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι έχουν χρωστικές ιδιότητες. Αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα ο ζωμός να πρασινίσει, ενώ είναι βασική αρχή ότι ο ζωμός πρέπει να είναι διαυγής και ουδέτερος χρωματικά, ώστε να μην επηρεάσει την τελική εικόνα του πιάτου.

ΤΟ ΣΩΣΤΟ ΡΥΖΙ

Δεν μπορούμε να κάνουμε ριζότο με ένα οποιοδήποτε ρύζι. Αυτό το ιδιαίτερο πιάτο θέλει συνήθως λευκό ρύζι με στρογγυλούς, μέτριους ή κοντούς κόκκους, πλούσιο σε άμυλο (αμυλοπηκτίνη) και φτωχό σε αμυλόζη. Και αυτό ακριβώς είναι το σημείο που κρίνει το πόσο σωστά θα εξελιχθεί το ριζότο. Η σύσταση του ρυζιού και η περιεκτικότητά του σε άμυλο είναι τα βασικά κλειδιά της επιτυχίας του.

Το ιδανικό ρύζι λοιπόν για το ριζότο είναι εκείνο που έχει την ικανότητα να απορροφά τα υγρά και να απελευθερώνει το άμυλο, έτσι ώστε να είναι πιο κολλώδες σε σχέση π.χ. με τις μακρύκοκκες ποικιλίες. Είναι ένα κοντόκοκκο ή το πολύ μέτριο σε μήκος ρύζι, με καμπύλες από τη μία και γωνίες από την άλλη. Με υψηλή περιεκτικότητα σε άμυλο για να μπορεί να απορροφά σε ασυνήθιστα μεγάλο βαθμό τον ζωμό και τα αρώματα των συστατικών με τα οποία μαγειρεύεται. Φουσκώνει τρεις φορές σχεδόν το μέγεθός του, μπορεί και συγχωνεύεται με τα υγρά υλικά στο μαγείρεμα και δημιουργεί μια κρεμώδη υφή, χωρίς να λασπώνει, κρατώντας την καρδιά του αντιληπτή στο δάγκωμα. Την πέρλα, όπως λέγεται, αισθητή στο δόντι (al dente), χωρίς όμως να είναι ωμό.

Τη διαφοροποίηση στο ποιοτικό ρύζι την κάνει η «κόλλα», όπως λένε στην Ιταλία, που δεν είναι άλλη από τη λευκή πούδρα που φαίνεται και με γυμνό μάτι – το άμυλο του ρυζιού δηλαδή. Το άμυλο συνθέτουν η αμυλόζη και η αμυλοπηκτίνη. Η δεύτερη είναι διαλυτή στο νερό, σε αντίθεση με την πρώτη. Η αναλογία των δύο παραπάνω συστατικών είναι αυτή που θα καθορίσει τη σωστή επιλογή ρυζιού για το ριζότο. Το ρύζι με υψηλότερη περιεκτικότητα σε αμυλοπηκτίνη θα δώσει στο ριζότο την ιδανική υφή.

Πρακτικά το συνεχές ανακάτεμα κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος «τρίβει» το άμυλο από την επιφάνεια του ρυζιού, το οποίο με τη σειρά του διαλύεται στον ζωμό δίνοντας την απαιτούμενη πυκνότητα. Αν επιλέξουμε ένα ρύζι που δεν έχει αρκετό άμυλο στη σύστασή του, τότε δε θα επιτύχουμε ποτέ τη χαρακτηριστική κρεμώδη υφή.

Από τους πολλούς τύπους ρυζιού που παράγονται παγκοσμίως κάποιοι έχουν ιδιαίτερα μεγάλη περιεκτικότητα σε άμυλο και είναι οι πιο κατάλληλοι για το ριζότο. Κυρίαρχες ποικιλίες είναι το καρναρόλι, το βιαλόνε νάνο και το αρμπόριο, που καλλιεργούνται στις εύφορες κοιλάδες της βορειοδυτικής Ιταλίας, οι οποίες αρδεύονται με νερό από φυσικές πηγές των Άλπεων. Είναι ρύζια κοντόκοκκα, με μικρές διαφορές στο μήκος του κόκκου τους, και λευκά. Αυτό σημαίνει ότι υποβάλλονται σε διαδικασία λεύκανσης, «ξυσίματος» δηλαδή του εξωτερικού περιβλήματος, ώστε να αποκτήσουν το απαιτούμενο λευκό χρώμα.

Αυτοί οι τύποι ρυζιών, που θα δούμε και πιο αναλυτικά παρακάτω, έχουν ελάχιστες διαφορές μεταξύ τους και αυτές δεν είναι στη γεύση. Είναι στο σχήμα του κόκκου και στην ταχύτητα που απορροφούν τον ζωμό μέσα στον οποίο μαγειρεύονται. Κοινό τους χαρακτηριστικό είναι φυσικά η μεγάλη περιεκτικότητα σε άμυλο, αλλά και η αντοχή τους στο συνεχόμενο ανακάτεμα, η διατήρηση δηλαδή ακέραιου του σχήματος του κόκκου τους.

Καρναρόλι (Carnaroli)

Καλλιεργείται στη βόρεια Ιταλία. Είναι λευκό ρύζι και έχει ελαφρώς πιο μακρύ και χοντρό κόκκο από τα άλλα, ο οποίος διογκώνεται ακόμα περισσότερο στο μαγείρεμα και έχει μεγάλη αντοχή, οπότε μένει τραγανός και έχει τις λιγότερες πιθανότητες να λασπώσει. Απορροφά σταδιακά τα υγρά και κρατάει απόλυτα το σχήμα του. Καθώς έχει μεγαλύτερη περιεκτικότητα σε άμυλο από τα υπόλοιπα ιταλικά ρύζια, δίνει ακόμα καλύτερα το ριζότο, γι' αυτό και του δίνει καλύτερη εικόνα και υφή. Θεωρείται ο βασιλιάς των ιταλικών ρυζιών και κορυφαία επιλογή των σεφ, μιας και δίνει το πιο κρεμώδες ριζότο, αλλά είναι και το πιο «συγκαταβατικό» στο μαγείρεμα. Υπάρχει και το παλαιωμένο καρναρόλι. Πρόκειται για καρναρόλι που παλαιώνει μέσα σε ειδικά σιλό για ένα έως τρία χρόνια πριν αποφλοιωθούν οι κόκκοι, για να ωριμάσει το άμυλό τους. Το αποτέλεσμα αυτής της παλαίωσης είναι το ρύζι να γίνεται πιο εύπεπτο και να απορροφά καλύτερα τα υγρά στο μαγείρεμα. Σαφέστατα, όπως όλες οι ανώτερες σε ποιότητα πρώτες ύλες, έχει και την ανάλογη τιμή.

Βιαλόνε (Vialone Nano)

Καλλιεργείται στη Βερόνα της Ιταλίας, είναι ΠΟΠ (Προϊόν Ονομασίας Προέλευσης) και θεωρείται από τις παλαιότερες ιταλικές ποικιλίες ρυζιού. Είναι λευκό ρύζι, έχει μικρό κόκκο (γι' αυτό και το αποκαλούν «νάνο»), απορροφά γρήγορα τα υγρά και κρατάει καλύτερα το σχήμα του. Λόγω του ότι είναι ΠΟΠ, υπόκειται σε αυστηρούς ελέγχους που το καθιστούν σχεδόν βιολογικό και είναι ακριβότερο από τα άλλα ιταλικά ρύζια. Έχει υψηλή περιεκτικότητα σε άμυλο, μαγειρεύεται σχετικά πιο γρήγορα και ίσως συγχωρεί κάποια λάθη χάρη στην αντοχή του. Φυσικά δίνει ένα εξαιρετικά κρεμώδες ριζότο. Το συναντούμε συνήθως σε ακριβά εστιατόρια.

Αρμπόριο (Arborio)

Καλλιεργείται στην ομώνυμη περιοχή της Λομβαρδίας, στη βόρεια Ιταλία, και ανήκει στην ίδια οικογένεια με το καρναρόλι, αλλά ο κόκκος του είναι πιο κοντός. Είναι λευκό ρύζι και προέρχεται από ποικιλία με μεσαίου μεγέθους κόκκο. Παραμένει τραγανό όταν μαγειρεύεται, καθώς έχει κι αυτό ικανοποιητική περιεκτικότητα σε άμυλο, το οποίο απελευθερώνει πολύ καλά, καθώς έχει σχεδόν μηδενική αμυλόζη. Έχει την τάση να δημιουργεί ένα έντονο κύλωμα και θέλει διαρκή επαγρύπνηση κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος για να μη λασπώσει, καθώς έχει μικρότερη περιεκτικότητα σε άμυλο από το καρναρόλι και το βιαλόνε και, κατά συνέπεια, σχετικά μικρότερη αντοχή στο διαρκές ανακάτεμα που απαιτεί το ριζότο. Με προσεκτική διαχείριση όμως μπορεί να δώσει ένα πολύ καλό αποτέλεσμα. Αποτελεί το πλέον συνηθισμένο ρύζι για ριζότο, μιας και το βρίσκουμε εύκολα στην αγορά και σε προσιτή τιμή.

Μπάλντο (Baldo)

Ένας άλλος τύπος ρυζιού, λιγότερο γνωστός, που δίνει όμως εξαιρετικά αποτελέσματα, κυρίως στο κύλωμα αλλά και στη γέυση. Από τις ακριβές επιλογές, γι' αυτό και όχι τόσο διαδε-



δομένη. Τα κύρια χαρακτηριστικά του είναι η βουτυρένια γεύση και το άρωμά του, καθώς επίσης και η υψηλή περιεκτικότητά του σε άμυλο, που το κατατάσσει στις πρώτες επιλογές και ισάξιο ποιοτικά με τους άλλους τύπους-ποικιλίες ρυζιού που ενδείκνυνται για το ριζότο. Το μπάλντο κάνει και εξαιρετικό πιλάφι, γι' αυτό και προτιμάται ιδιαίτερα στις ανατολικές χώρες, όπως στην Τουρκία, για τον σκοπό αυτό.

Ελληνικές ποικιλίες

Οι πλησιέστερες εναλλακτικές είναι το ρύζι καρολίνα και το νυχάκι. Ο κόκκος τους είναι κάπως μεγαλύτερος από εκείνον των ιταλικών ρυζιών, έχουν αρκετά καλή περιεκτικότητα σε άμυλο, δίνουν ένα σχετικά καλά κυλωμένο αποτέλεσμα, αλλά το μειονέκτημά τους είναι ότι ο κόκκος δεν έχει την αντοχή των παραπάνω ρυζιών. Το ριζότο θα έχει αρκετά διαφορετική σύσταση και υφή. Για ένα επιτυχημένο και όπως απαιτείται –κρεμώδες, με βελούδινη υφή– ριζότο, καλύτερα να προτιμήσετε μία από τις τέσσερις ιταλικές ποικιλίες.

Ανεξάρτητα από την ποικιλία, ένας πολύ σημαντικός παράγοντας που θα πρέπει να επισημάνω είναι και η μάρκα που θα επιλέξουμε. Εντελώς εμπειρικά θα πω το εξής: για τις ανάγκες του βιβλίου επέλεξα να χρησιμοποιήσω αρμπόριο. Όταν κάποια στιγμή δε βρήκα στην αγορά τη μάρκα που συνήθιζα να χρησιμοποιώ, αγόρασα μια άλλη, αλλά της ίδιας ποικιλίας. Το αποτέλεσμα διέφερε σε σημαντικό βαθμό ως προς τους χρόνους βρασμού, αλλά κυρίως ως προς την υφή. Το δίδαγμα που καλό είναι να κρατήσετε από αυτό είναι ότι υπάρχουν διαφορές στην ποιότητα, ακόμα κι αν πρόκειται για την ίδια ποικιλία. Αν αλλάξουμε μάρκα, θα πρέπει να είμαστε προσεκτικοί, γιατί ενδεχομένως η παρασκευή του ριζότο να έχει διαφορές – και η διαδικασία και το αποτέλεσμα.

ΤΟ ΚΡΕΜΜΥΔΙ

Ένα από τα βασικά συστατικά της βάσης του ριζότο είναι το κρεμμύδι. Είναι αυτό που θα μας δώσει την ιδιαίτερη γεύση, καθώς θα απορροφήσει όλα τα γευστικά στοιχεία του ζωμού και θα ενωθεί με το άμυλο και τα λιπαρά από το βούτυρο και το τυρί. Και λόγω των φυσικών σακχάρων που περιέχει, θα μας δώσει αυτή την ισορροπία στη «γλύκα» σε σχέση με τα υπόλοιπα υλικά.

Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε διάφορα είδη κρεμμυδιών, όπως τα κόκκινα, τα λευκά ή τα εσάλοτ. Το καθένα όμως έχει διαφορετικές εντάσεις και αρώματα, καθώς και διαφορετικό χρώμα. Άρα, ανάλογα με το τελικό αποτέλεσμα και τον χρωματισμό του ριζότο που επιθυμούμε εξαρτάται και η επιλογή του κρεμμυδιού που θα χρησιμοποιήσουμε. Για παράδειγμα, σε ένα ριζότο με μανιτάρια μπορούμε κάλλιστα να χρησιμοποιήσουμε ένα κόκκινο κρεμμύδι, διότι ταιριάζει και με το αλκοόλ, που στην προκειμένη περίπτωση θα είναι κόκκινο κρασί, και αισθητικά δε θα αλλάξει, δε θα επηρεάσει αρνητικά τον χρωματισμό του ριζότο. Σε αντίθετη περίπτωση, για ένα «λευκό» ριζότο, όπως για παράδειγμα ένα ριζότο με γαρίδες και λάιμ, θα χρησιμοποιήσουμε λευκό κρεμμύδι, γιατί το κόκκινο θα ξεχώριζε και, λόγω των χρωστικών που εμπεριέχονται σε αυτό, θα επηρέαζε χρωματικά το τελικό αποτέλεσμα.

Επίσης, ένα λευκό κρεμμύδι στο συγκεκριμένο ριζότο θα ταίριαζε πολύ περισσότερο με τα λεπτά αρώματα ενός λευκού κρασιού.

Βασικό ρόλο παίζει και ο τρόπος κοπής. Ιδανικά ψιλοκόβουμε ομοιόμορφα το κρεμμύδι στο χέρι. Είναι σημαντικό να είναι όλα τα κομμάτια στο ίδιο μέγεθος, για να έχουν όλα τον ίδιο χρόνο βρασμού. Σε αντίθετη περίπτωση, τα μικρότερα κομμάτια θα έχουν παραβράσει και τα μεγαλύτερα θα «κρατάνε» ή θα είναι ωμά.

Σίγουρα για ευκολία, κάποιος θα μπορούσε να πει ότι μπορεί να κοπεί και σε ένα μπλέντερ ή να πολτοποιηθεί. Για μένα αυτό δεν είναι απόλυτα σωστό. Χρειαζόμαστε την υφή από το κρεμμύδι. Και κόβοντάς το στο χέρι τوستάρεται καλύτερα μαζί με το ρύζι, χωρίς να εξατμίζεται πρόωρα η υγρασία του – που αυτό μεταφράζεται ως ένα σημείο σε απώλεια γεύσης. Η αλήθεια είναι ότι το να κόψει κανείς με σωστό και ασφαλή τρόπο ένα κρεμμύδι στο χέρι απαιτεί εξάσκηση και μια σχετική εμπειρία, καθώς και ένα επαγγελματικό καλοσκακονισμένο μαχαίρι, πράγμα που το καθιστά σχετικά δύσκολο για κάποιον που δεν είναι ιδιαίτερα εξοικειωμένος. Μπορεί λοιπόν να το κάνει σε ένα μικρό μπλέντερ, αλλά σε χαμηλή ταχύτητα και αρκετά προσεκτικά.

ΤΟ ΛΑΔΙ

Το λάδι που χρησιμοποιούμε στο ριζότο στο στάδιο του τوستαρίσματος είναι συνήθως το ελαιόλαδο. Στην Ιταλία έχω συναντήσει από πολλούς μάγειρες να το αναμειγνύουν με βούτυρο, με αναλογία 50/50 κατά το σοτάρισμα. Σίγουρα γιατί το βούτυρο προσθέτει γεύση, αλλά και γιατί όταν το αναμείξουμε με ελαιόλαδο δεν καίγεται τόσο εύκολα. Το λάδι το προστατεύει.

ΤΟ ΒΟΥΤΥΡΟ

Στην Ιταλία τόσο στο τوستάρισμα όσο και στη μαντεκατούρα χρησιμοποιούν βούτυρο σε ένα παραδοσιακά φτιαγμένο ριζότο. Το βούτυρο δίνει την απαραίτητη λιπαρότητα, τη γεύση και το άρωμα που χαρακτηρίζει το ριζότο. Τα λιπαρά είναι απαραίτητα, διότι ενοποιούν τις υπόλοιπες γεύσεις αλλά και βοηθούν ώστε να αποκτήσει το ριζότο την απαιτούμενη βελούδινη υφή από τη στιγμή που θα ομογενοποιηθεί με το άμυλο.

Παραδοσιακά, λοιπόν, χρησιμοποιούμε φρέσκο αγελαδινό βούτυρο. Σε αυτό όμως το βιβλίο θα δούμε και άλλες συνταγές για ριζότο όπου το λιπαρό στοιχείο δεν είναι το βούτυρο. Σε αντικατάσταση και σε ιδιαίτερες περιπτώσεις, όπως π.χ. για μια πιο υγιεινή εκδοχή, μπορεί να χρησιμοποιηθεί ελαιόλαδο, λάδι από αβοκάντο, βούτυρο καρύδας ή ακόμα και κάποια «κρέμα» από λαχανικά ή πουρές πατάτας. Αυτό που σίγουρα θα πρέπει να αποφύγετε είναι να δέσετε το ριζότο με μαργαρίνη.

Το βούτυρο θα μπει στη μαντεκατούρα μαζί με το τυρί στο τέλος του βρασμού και εκτός εστίας. Ιδανικό, όπως αναφέραμε, είναι το αγελαδινό και θα πρέπει να είναι κομμένο σε κύβους από 1 έως 2 εκατοστά και κρύο (από το ψυγείο), ώστε να αναμειχθεί με το τυρί, το άμυλο και τον ζωμό ή την υπάρχουσα υγρασία που υπάρχει μέσα στο ριζότο, λιώνοντας σταδιακά, και να ομογενοποιηθεί δίνοντας την απαραίτητη γυαλάδα, υφή και φυσικά γεύση.

ΤΟ ΤΥΡΙ

Η επιλογή του τυριού που θα μπει για να δώσει τη λιπαρή υφή, αλλά και σε συνδυασμό με το βούτυρο τη μεταξένια αίσθηση στον ουρανίσκο, είναι επίσης εξαιρετικά σημαντική για τη γεύση. Το τυρί που χρησιμοποιείται ευρέως είθισται να είναι η παρμεζάνα: γλυκιά όσο και αλμυρή, με πικάντικες νότες που σου «τσιμπούν» ευχάριστα τη γλώσσα και σε παροτρύνουν για την επόμενη πιρουινιά. Σίγουρα η καλύτερη επιλογή και όχι τυχαία, γεμάτη από γεύση umami. Η πεμπουσιά της απόλυτης ισορροπίας στα πιάτα όπου τη χρησιμοποιούμε.

Υπάρχουν κυρίως δύο τύποι παρμεζάνας και η διαφορά τους έχει να κάνει με την ωρίμανση και την ποσότητα υγρασίας. Η καλύτερη για εμένα πρακτική είναι ο συνδυασμός και των δύο: 2/3 Padano και 1/3 Regiano. Βέβαια, η παρμεζάνα δεν είναι το μόνο τυρί με το οποίο μπορείς να κάνεις ριζότο, αλλά θα δούμε περισσότερα στις συνταγές που ακολουθούν.

Parmigiano Regiano Είναι αυτή με τη λιγότερη υγρασία, είναι δυνατότερη λόγω της συμπύκνωσης της γεύσης από την παλαίωση και κάνει αισθητή την παρουσία της. Θα πρέπει να λάβουμε υπόψη μας ότι, ως «βασίλισσα» κατ' εμέ των τυριών και λόγω της έντονης γεύσης της και του έντονου χαρακτήρα της, έχει την ηγετική τάση να «καπελώνει» ενδεχομένως τις άλλες λεπτές και πιο φινετσάτες γεύσεις που θέλουμε να αναδείξουμε και που συνθέτουν ένα ριζότο. Γίνεται ο «ήρωας» και κλέβει την παράσταση, ακόμα κι όταν αυτό δεν είναι το ζητούμενο. Επίσης, λόγω σκληρότητας, υπάρχει περίπτωση να μην ομογενοποιηθεί τόσο εύκολα, με αποτέλεσμα να χρειαστεί περισσότερο ανακάτεμα από το κανονικό.

Parmigiano Padano Είναι περισσότερο γλυκιά από ό,τι αλμυρή. Σε κάποια πιάτα, ή σε συνδυασμό με άλλα τυριά, δίνει εξαιρετικά γευστικά αποτελέσματα. Έχει περισσότερη υγρασία και η υφή της είναι πιο μαλακή, οπότε λιώνει και ενσωματώνεται πιο εύκολα σε ένα ριζότο. Και σε συνδυασμό με το βούτυρο πετυχαίνουμε εύκολα ένα καλό δέσιμο με γυαλιστερή υφή και λιπαρή κρεμώδη γεύση. Αν, προκειμένου να ενισχύσουμε τη γεύση, βάλουμε περισσότερη ποσότητα από την προβλεπόμενη, υπάρχει το ενδεχόμενο (σε αντίθεση με τη Regiano, που δεν ισχύει κάτι τέτοιο) να «μαστιχώσει» το ριζότο, κάτι που δεν είναι σωστό.



DOP
ITALIA
05 327
CE

PACANT ERA
CANTIA FRIGGIONE
ERA PACANT
ERA

