

Il riso Venere è un riso integrale dal colore viola scuro quasi nero con un gusto particolarissimo e un profumo di pane appena sfornato.

Originario della Cina dove fino all'ottocento veniva coltivato solo per l'Imperatore e la sua corte.

Il suo nome, dedicato alla Dea dell'Amore, deriva dal fatto che nell'antica Cina veniva considerato altamente afrodisiaco.

La leggenda narra che il riso Venere fosse apprezzato alla corte degli antichi imperatori cinesi per le sue proprietà nutrizionali e afrodisiache (da qui il nome di riso proibito); è un riso ricco di fibra e fosforo, contiene inoltre minerali come calcio, ferro, zinco e selenio. Ma la particolarità più importante del riso Venere è il suo elevatissimo contenuto di antociani, sostanze vegetali presenti anche nei mirtilli ed in altri vegetali, capaci di catturare i radicali liberi ed evitare l'ossidazione; gli antociani sono proprio i componenti che danno al riso Venere il suo caratteristico colorito nero.

Riso venere con gamberetti e zucchine

Ingredienti:

1 cucchiaio Erba cipollina
200 gr di Gamberi (da usare solo le code)
4 cucchiaini Olio extravergine d'oliva
300 gr Riso Venere
1 Scalogno
1 bicchiere Vino bianco
2 Zucchine

Preparazione:

Fate bollire il riso Venere per 20 minuti o più, in abbondante acqua salata.

Nel frattempo tritate lo scalogno e fatelo appassire in padella con 4 cucchiaini d'olio d'oliva extravergine.

Tagliate le zucchine (dopo averle lavate), in dadolata (piccoli pezzetti) e aggiungetele in padella.

Fate cuocere a fuoco vivace qualche minuto e poi aggiungete anche i gamberi.

Cuocete ancora per qualche minuto e poi sfumate con il vino bianco.

Scolate il riso Venere e fatelo saltare aggiungendo un bicchiere di vino bianco e pochi istanti prima di togliere il riso dalla fiamma aggiungete l'erba cipollina tritata finemente.

Servite il riso venere con gamberetti e zucchine ben caldo condendolo con un filo d'olio crudo.

Note:

Se non trovate gamberi freschi potete usare quelli congelati purché di ottima qualità.

