

# LANAZIONE.IT

8 luglio 2018

<https://www.lanazione.it/cosa%20fare/mangiare/insalata-di-riso-1.4026279>

**HOME**

## COSA FARE



**L'insalata di riso, un must dell'estate: i grandi chef la preparano per voi così / SFOGLIA**



# LANAZIONE.IT

8 luglio 2018

<https://www.lanazione.it/cosa%20fare/mangiare/insalata-di-riso-1.4026279>

MANGIARE

## L'insalata di riso, un must dell'estate: i grandi chef la preparano per voi così / SFOGLIA

*Ecco alcuni ingredienti insoliti per cucinare quello che è il piatto per eccellenza di questo periodo*

Firenze, 8 luglio 2018 - L'insalata di riso è il primo piatto freddo per eccellenza dell'estate. Coniugando la leggerezza del riso con verdure croccanti fresche di stagione, pomodori, formaggio, tonno, wurstel o anche gamberi, è un piatto completo dal punto di vista nutrizionale e, per la sua versatilità, si presta a essere gustato anche in versione gourmet sia sulla spiaggia in riva in mare sotto l'ombrellone che in un ristorante con **specialità marinare**. Lo studio sull'insalata di riso arriva da Polli Cooking Lab, osservatorio sulle tendenze alimentari dell'azienda toscana Fratelli Polli. Ma è possibile reinterpretare il piatto simbolo della stagione con creatività mediterranea? Diversi chef, alcuni dei quali lavorano in strutture toscane, hanno reinterpretato questo piatto. E offrono le loro ricette ai lettori: che così potranno sbizzarrirsi ulteriormente nel prepararlo.



L'insalata di riso, un classico reinventato dai grandi chef



# LANAZIONE.IT

8 luglio 2018

<https://www.lanazione.it/cosa%20fare/mangiare/insalata-di-riso-1.4026279>

## L'insalata di riso, un classico dell'estate: le proposte degli chef per renderla speciale



### Pietro D'Agostino

In Sicilia Pietro D'Agostino, chef stellato de "La Capinera" di Taormina, propone un'insalata di riso "destinata a chi ha piacere di portare con sé un cibo sano e genuino, ma anche facile da preparare in spiaggia e consumare in loco". Nel preparare la sua versione gourmet, lo chef D'Agostino utilizza un riso selvatico, delle verdure tagliate a cubettini, in particolare carote, patate, piselli, zucchine, pomodorini, bieta e peperoni corno. Per ottenere un gusto ancora più fresco ed estivo, lo chef condisce la sua insalata con menta e scorzette di limone e arancio, insaporendola ulteriormente con delle uova di lumaca bianche che danno maggiore sapidità e mineralità al piatto.



# LANAZIONE.IT

8 luglio 2018

<https://www.lanazione.it/cosa%20fare/mangiare/insalata-di-riso-1.4026279>

## L'insalata di riso, un classico dell'estate: le proposte degli chef per renderla speciale



### Michelino Gioia

Lo chef stellato Michelino Gioia del ristorante "Il Pellicano" di Porto Ercole all'Argentario prepara la sua versione gourmet privilegiando gli ingredienti classici dell'insalata di riso, ma dando a essi una consistenza diversa. Gioia mescola infatti in una crema di riso bianca del riso bollito nel nero di seppia e lo condisce con zucchine sbianchite, pomodoro concasse, cipolla rossa marinata, carpaccio di tonno, mozzarella in polvere di pomodoro, basilico, germogli e un filo d'olio Franci, laddove la croccantezza è data principalmente da riso soffiato cialda di mais.





# LANAZIONE.IT

8 luglio 2018

<https://www.lanazione.it/cosa%20fare/mangiare/insalata-di-riso-1.4026279>

## L'insalata di riso, un classico dell'estate: le proposte degli chef per renderla speciale



### Marco Pirino

“Confesso che il riso è il tipo di cereale che preferisco”. Con queste parole Marco Pirino, chef del Beach Club & Restaurant del Grand Hotel in Porto Cervo, giustifica le sue due versioni gourmet dell'insalata di riso per i vacanzieri della celebre località vip della Sardegna. La prima è “un'insalata di riso classica con verdure croccanti e pistilli di zafferano” che riprende il riso parboleid, per la sua capacità di consentire una cottura più lunga condita e valorizza le principali verdure di stagione, condendolo con rape rosse, peperoni, zucchine, melanzane e fiori zucca. Tale insalata riceve poi aroma e colore giallo dai pistilli di zafferano, il fiore tipico della Sardegna centro-occidentale. L'altra versione è invece “un'insalata con riso venere e tonno fresco al profumo di mirto e pompelmo”. Il segreto del gusto di questa insalata è nella cipolla, che viene tritata finemente insieme al mirto per poi essere caramellata con un goccio di liquore al mirto, e nel finocchio, messo a macerare per pochi minuti nel succo di pompelmo, laddove il tonno fresco è condito in salsa di soia.



# LANAZIONE.IT

8 luglio 2018

<https://www.lanazione.it/cosa%20fare/mangiare/insalata-di-riso-1.4026279>

**L'insalata di riso, un classico dell'estate: le proposte degli chef per renderla speciale**



## Salvatore Perrone

Lo chef Salvatore Perrone del ristorante del lido Carillon di Parraggi a Santa Margherita Ligure prepara la sua insalata di riso gourmet privilegiando i prodotti locali della tradizione culinaria ligure e scegliendo di impiegare due diverse varietà di riso: "il carnaroli e il venere, per la loro consistenza e il loro profumo, verdure fresche di stagione dell'orto e naturalmente i gamberi di Santa Margherita crudi, che sono il fiore all'occhiello della pesca ligure. Ogni ingrediente viene poi amalgamato con una burrata e guarnito da pomodorini e basilico di Pra".



# LANAZIONE.IT

8 luglio 2018

<https://www.lanazione.it/cosa%20fare/mangiare/insalata-di-riso-1.4026279>

**L'insalata di riso, un classico dell'estate: le proposte degli chef per renderla speciale**



## Giovanni Romano

Lo chef campano Giovanni Romano del ristorante "Bagno Belmare" di Punta Ala non può non partire dal valorizzare i prodotti della propria terra natia. La sua 'insolita di riso' è, non soltanto in maniera simbolica, "il viaggio attraverso l'Italia e l'Europa di questo meraviglioso piatto. In effetti è una fresella caprese che, dopo aver preso in grembo i pomodorini del Piennolo rossi e gialli alle falde del Vesuvio, le alici e la loro colatura a Cetara e il provolone del Monaco a Nerano (penisola Sorrentina), si incammina verso la Maremma, dove incontra il riso Thaibonnet e se ne innamora. Questi ingredienti coronano insieme il loro sogno di un viaggio attraverso l'Europa, approdando ad Amsterdam, il paese dei fiori: ecco spiegata la presenza dei fiori eduli nel piatto.



# LANAZIONE.IT

8 luglio 2018

<https://www.lanazione.it/cosa%20fare/mangiare/insalata-di-riso-1.4026279>

**L'insalata di riso, un classico dell'estate: le proposte degli chef per renderla speciale**



## Deborah Corsi

Lo chef Deborah Corsi de "La Perla del Mare" a San Vincenzo a Livorno prepara invece un'insalata di riso "Sotto l'ombrellone" al crudo di mare, verdure sott'olio e burrata, in cui "il riso, cotto e freddato, viene amalgamato con stracciatella di burrata, piccolissimi dadini di verdure sott'olio e poco olio extravergine e sale. Questi elementi conferiscono al piatto la giusta dolcezza e acidità, oltre a bei colori vivaci. Tale composto si modella nel piatto in un disco basso e largo sul quale vengono disposti diversi pesci e crostacei crudi tagliati a piccoli tocchetti. Completano la ricetta una cucchiata di maionese alla bottarga di muggine a lato del disco e una grattugiata di scorza di limone e bottarga sul piatto".





# LANAZIONE.IT

8 luglio 2018

<https://www.lanazione.it/cosa%20fare/mangiare/insalata-di-riso-1.4026279>

**L'insalata di riso, un classico dell'estate: le proposte degli chef per renderla speciale**



## **Cesare Lazzeri**

Lo chef Cesare Lazzeri del Nikki Beach Versilia a Marina di Pietrasanta propone un'insalata di riso con "riso, farro, cozze al vapore, pomodorini datterini gialli e rossi, per un gusto agrodolce, piselli, calamari grigliati e gamberi 'sparnocchi' di Viareggio, verdure croccanti (carote, ravanelli e sedano) aromatizzate allo zenzero, che esalta gli ingredienti locali con un tocco internazionale".



# LANAZIONE.IT

8 luglio 2018

<https://www.lanazione.it/cosa%20fare/mangiare/insalata-di-riso-1.4026279>

**L'insalata di riso, un classico dell'estate: le proposte degli chef per renderla speciale**



## **Anacleto Cavina**

Anacleto Cavina del "Bagno Holiday Village" di Milano Marittima propone il piatto in versione agrodolce. Valorizzando le proprietà del riso basmati che ben si sposano con le spezie, Cavina prepara la sua versione gourmet dell'insalata di riso all'insegna della ricercatezza del gusto, selezionando foglie di papavero e accostando il gusto delicato dell'avocado a verdure croccanti, gamberi al curry e frutti di bosco.

