

Timballo di Riso in Friggitrice ad Aria

Cre moso dentro, croccante fuori: il comfort food d'autunno pronto senza pentola!

Ingredienti per 2 persone

Per il riso:

- 150 g di riso (Ribe, Carnaroli o Arborio)
- 300 ml di acqua (prima cottura)
- 200 ml di acqua (seconda cottura)
- 1 contenitore alto adatto alla friggitrice ad aria (no plastica!)

Per il timballo:

- 3 cucchiaini colmi di crema di zucca
- 80 g di provola dolce (o gorgonzola se preferisci)
- 2-3 cucchiaini di parmigiano o grana grattugiato
- Prezzemolo fresco tritato
- Pangrattato q.b. per la crosticina
- Olio extravergine d'oliva per ungere

Cottura del riso in friggitrice ad aria

- Versa il riso nel contenitore e aggiungi 300 ml di acqua.
- Cuoci in friggitrice a 190°C per 15 minuti.
- Mescola, aggiungi altri 200 ml di acqua e cuoci ancora per 8-10 minuti.
- Controlla la cottura e aggiungi acqua se necessario. Il riso deve risultare morbido ma non sfatto.

Assemblaggio del timballo

- In una ciotola unisci il riso cotto, la crema di zucca, i formaggi e il prezzemolo.
- Ungi una teglia adatta alla friggitrice e versa metà del composto.
- Aggiungi uno strato di formaggio, poi copri con il resto del riso.
- Cospargi con parmigiano, pangrattato e un filo d'olio.

Cottura finale

- Cuoci a 200°C per 20-25 minuti.
- Controlla che si formi una crosticina dorata e il composto sia compatto.
- Lascia riposare 5-10 minuti prima di servire.

Varianti e consigli

- Aggiungi funghi, speck o altre verdure cotte per arricchire il timballo.

- Per una versione light, usa mozzarella light e riduci il formaggio.
- Puoi cuocere il riso anche in pentola per velocizzare la preparazione.