

RISO NERO ALLA PROVENZALE

Ingredienti per 4 persone:

- 200 g di riso,
- 1000 g di seppie pulite con la vescichetta del nero,
- 4 pomodori maturi,
- 1 mazzetto di finocchietti selvatici (o 4 cuori di finocchio con le barbe),
- 1 cipolla,
- 1 porro sottile,
- 1 spicchio di aglio,
- 1 mazzetto di timo,
- sedano,
- 1 ciuffo di prezzemolo,
- alloro,
- 2 cucchiaini di olio d'oliva,
- sale,
- pepe.

Lavate le seppie, tagliatele a pezzi e asciugatele.

Sbollentate i pomodori, pelateli e tritate la polpa.

Mondate il porro, la cipolla, il sedano e l'aglio e tritateli finemente.

Lavate i finocchietti selvatici (o i cuori di finocchio, che taglierete in 4 pezzi).

Scaldate due cucchiaini d'olio in una casseruola e fatevi rosolare a fiamma vivace le seppie.

Salate, pepate, aggiungete il trito di vegetali, il timo, l'alloro e i finocchietti.

Mescolate bene e fate insaporire per qualche minuto.

Unite il pomodoro, rimestate e coprite a filo con acqua calda.

Mettete il coperchio, abbassate la fiamma e cuocete per 30 minuti aggiungendo di tanto in tanto un po' d'acqua per tenere costante il livello del liquido di cottura.

Versate il riso nella casseruola, unite il nero delle seppie, mescolate, alzate un po' la fiamma e proseguite la cottura, mescolando continuamente, per 20 minuti o finché il riso è al dente.

Togliete dal fuoco, aggiungete una spolverizzata di prezzemolo tritato e servite.