

# Pilaf de orez cu urzici (Risotto)

## Pilaf de orez cu urzici (Risotto)

### Ingrediente :

1 pahar aproape plin de orez cu bob rotund, 500 g urzici tinere, 200 g Champignon, 1 ceapa mijlocie, 3-4 linguri ulei de masline, optional: parmezan ras

### Preparare :

Se spala urzicile si se separa frunzele. Se fierb in apa cu sare si concentrat de legume citeva minute, pina cind se inmoaie. Se strecoara (apa se pastreaza!), se trec printr-un jet de apa rece si apoi se toaca. Se incinge ulei la foc potrivit si se pune ceapa tocata fin si orezul. Se lasa sa se prajeasca, amestecind din cind in cind, pina cind ceapa devine sticloasa. Se adauga un virf de cutit de concentrat de supa de legume si se amesteca bine. Se adauga cipercile taiate felii si se lasa sa se dinstuie 5 minute. Se toarna un pahar de apa de la urzici si se lasa sa dea citeva clocote. Se reduce focul la mic si se acopera. Cind apa se reduce, se mai adauga un sfert de pahar si urzicile. In total se adauga cam 2 pahare jumătate, treptat, pina cind orezul s-a fiert. La final se presara parmezan, dupa gust.