Hoofdgerechten / Italië

Farrotto al Parmigiano

Farro risotto – geparelde farro gekookt in risotto-stijl, pollepel voor pollepel, totdat het een romige, glorieuze al dente textuur bereikt met meer kauwen en nuttigheid dan Arborio ooit zou kunnen bieden, afgewerkt met de klassieke mantecatura van koude boter en parmezaanse kaas.

Tijd 50 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 300 g Parelfarro (farro perlato)
- ☐ 120 g Witte ui (fijngesneden)
- ☐ 2 teentjes Knoflookteentjes (fijngehakt)
- ☐ 120 ml Droge witte wijn
- ☐ 1200 ml Warme groente- of kippenbouillon
- ☐ 80 g ongezouten boter (koud, in blokjes, verdeeld)
- ☐ 80 g Parmezaanse kaas (fijn geraspt op een microplane)
- ☐ 4 takjes Verse tijmtakjes
- ☐ 30 ml Extra vergine olijfolie
- ☐ 6 g Fijn zout
- ☐ 2 g Zwarte peper (versgemalen)
- ☐ 1 theelepel Citroenschil

Zo maak je het.

01 Verwarm de olijfolie en 20 g boter samen in een grote pan of braadslede met een dikke bodem op middelhoog vuur. Voeg de ui, knoflook en takjes tijm toe met een snufje zout. Kook zachtjes, vaak roerend, gedurende 8-10 minuten tot de ui volledig zacht, doorschijnend en meegevend is; hij mag absoluut geen kleur hebben. Dit is de soffritto; het vormt de zoete, aromatische ruggengraat van de farrotto en moet laag en langzaam worden gekookt, zodat de natuurlijke suikers zich kunnen ontwikkelen zonder te karameliseren.

02 Voeg de geparelde farro toe aan de soffritto en roer om elke korrel met het boter- en oliemengsel te bedekken. Verhoog het vuur tot medium. Rooster de farro, onder voortdurend roeren, gedurende 2 minuten tot de korrels er licht glanzend uitzien en naar warm, nootachtig graan ruiken – als een mild popcornaroma. Deze coatingstap is niet strikt noodzakelijk voor farro zoals voor Arborio (dat te veel vet zou absorberen), maar het parfumeert het graan en voegt een subtiele diepte toe aan de afgewerkte schaal.

03 Giet de witte wijn in één keer in de hete pot; hij zal enorm sissen en stomen. Roer voortdurend totdat de wijn bijna volledig is opgenomen, ongeveer 2-3 minuten. Deze stap doet drie dingen: het blust alle hartige stukjes van de bodem van de pot, voegt een zuurgraad toe die de rijkdom van boter en parmezaan aan het eind in evenwicht brengt, en begint het proces van het overhalen van zetmeel uit de farro om de romige saus op te bouwen. De geur van rauwe alcohol moet volledig verdampen voordat je de eerste pollepel bouillon toevoegt.

04 Houd de bouillon warm in een aparte pan; koude bouillon zou het koken vertragen en de farro ongelijkmatig afkoelen. Voeg de bouillon één pollepel (ongeveer 100-120 ml) per keer toe, vrijwel voortdurend roerend en wachtend tot elke toevoeging bijna is opgenomen voordat u de volgende toevoegt. Zorg voor een constante, actieve suddering – nooit een rollende kook, nooit een statisch zwembad. Na 25-30 minuten moet de farro al dente zijn: zacht aan de buitenkant met een lichte, bevredigende kauw in het midden. Breng halverwege op smaak met zout. De risottobodem ziet er na het klaarmaken vrij los en soepel uit – dat klopt; de mantecatura zal het strakker maken.

05 Haal de pan volledig van het vuur. Dit is de mantecatura – de Italiaanse methode om vet te emulgeren tot een risotto die niet op het vuur staat, om een romige, uniforme saus te creëren. Voeg de resterende koude boterblokjes (60 g) en alle Parmezaanse kaas in één keer toe. Schud de pot krachtig in een elliptische beweging terwijl je tegelijkertijd roert met een lepel - het doel is om de koude boter en kaas te emulgeren in de hete, zetmeelrijke basis zonder de emulsie te breken. Voeg de citroenschil en zwarte peper toe. Laat de farrotto precies 2 minuten rusten, onafgedekt. Het moet er glanzend, romig en vloeibaar uitzien, niet stijf. Serveer onmiddellijk in voorverwarmde kommen.

Recept & herkomst ForkRecipe Kitchen / ForkRecipe / FoodML and contributors / CC BY-SA 4.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC BY-SA 4.0
Nederlandse tekst automatisch vertaald; niet culinair nagekeken.
Porties zijn een richtwaarde; controleer de hoeveelheden in het bronrecept.
recipes.dvs-services.be / farrotto