



Orzo ai funghi shiitake e salsiccia profumato all'arancia

con timo fresco, semi di zucca e nocciole tostate

Poche calorie

Preparation time : 40 min.



What did you think of this recipe?
Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.
<https://hfresh.cottey.fr/it-IT/recipes/orzo-ai-funghi-shiitake-e-salsiccia-profumato-allarancia-563>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Padella, Ciotolina

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Funghi shiitake (g)	125	250	375
Orzo perlato (g)	120	240	360
Arancia (pezzo(i))	½	1	1½
Timo (g)	2½	5	7½
Nocciole (g)	10	20	30
Semi Di Zucca (g)	10	20	30
Carota (pezzo(i))	1	2	3
Sedano (pezzo(i))	1	2	3
Cipolla (pezzo(i))	1	2	3
Aglio (pezzo(i))	1	2	3
Brodo Granulare Vegetale (pacchetto)	1	2	3
Salsiccia di maiale (pacchetto)	1	2	3
Olio d'oliva (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Sale (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Pepe (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Acqua per il brodo (ml)	900	1800	2700

Add yourself

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Energia	515 Kcal
Energia (kJ)	2155 kJ
Grassi	18.8 g
di cui Acidi Grassi Saturi	5.4 g
Carboidrati	60.7 g
di cui Zuccheri	6.7 g
Fibre	9.9 g
Proteine	24.6 g
Sodio	1047.2 mg

Allergens

Segale (Glutine), Può contenere tracce di allergeni, Cereali contenenti glutine, Sedano, Soia, Semi di sesamo, Pesce, Latte, Crostacei, Grano (Glutine), Uova, Senape, Arachidi, Orzo (Glutine), Frutta a guscio

Always check the product labels for allergen information.

1

Step 1

IMPORTANTE: le quantità per preparare la ricetta in base al numero di porzioni sono riportate nella tabella ingredienti!

Portate a bollore una pentola con l'**acqua per il brodo** (dosi in tabella) con il **brodo granulare** e un pizzico di **sale**.

Intanto, sbucciate **cipolla** e **carota** e riducetele a cubetti piccoli di circa 0,5 cm. Tagliate il **sedano** allo stesso modo.

Scaldate un filo d'**olio** in una padella ampia a fuoco medio-alto e rosolate le verdure per 3-4 minuti, fino a farle dorare.

Conditele con un pizzico di **sale**, **pepe** e qualche foglia di **timo**.

4

Step 4

Riducete i **funghi** a fette di 1 cm circa.

Portate una seconda padella su fuoco medio-alto con un filo d'**olio**.

Rosolate l'**aglio** (potete tenere la buccia) e qualche rametto di **timo** per circa 1-2 minuti, il tempo di farlo dorare.

Unite i **funghi** e cuocete per circa 6 minuti, mescolando per cuocerli su tutti i lati, finché saranno dorati.

Alla fine condite con **sale** e **pepe** a piacere.

2

Step 2

Unite in padella l'**orzo** e tostatelo per 1-2 minuti, mescolando spesso.

Bagnate con 2 mestoli di **brodo** bollente e mescolate finché sarà evaporato.

Proseguite la cottura a fuoco medio-basso per 16-18 minuti, aggiungendo altro **brodo**, un mestolo alla volta, solo quando il precedente sarà evaporato.

Dovrete ottenere un orzotto vellutato e non asciutto, ma neppure troppo brodoso.

Ricetta personalizzata: eliminate la pelle della salsiccia e riducetela a tocchetti. Cuocetela in padella a fuoco medio-alto per 5-6 minuti, finché non è più rosa al centro.

5

Step 5

Tagliate l'**arancia** a metà e spremetene il succo.

Una volta cotto, spegnete il fuoco dell'**orzotto** e aggiungete qualche cucchiaino di succo d'**arancia** a piacere. Mescolate per "mantecare", assaggiate e aggiustate di **sale** e **pepe** a piacere.

Aggiungete più succo d'**arancia** in base ai vostri gusti.

3

Step 3

Mentre cuocete l'orzotto, tritate grossolanamente le **nocciole** (oppure frantumatele direttamente nel loro sacchetto, battendoci sopra con un cucchiaino di legno).

IL TOCCO IN PIÙ: per un risultato più fragrante, tostate nocciole e semi di zucca in padella senza condimenti per circa 3-43 minuti, finché sono dorati.

Trasferiteli in una ciotolina e condite con un filo d'**olio** e un pizzico di **sale**.

6

Step 6

Disponete l'**orzotto** nei piatti.

Adagiate sopra i **funghi** e il mix di **semi di zucca** e **nocciole**.

Guarnite a piacere con qualche fogliolina di **timo**.

Enjoy your meal!