



Il Riso Venere La sua storia e le sue proprietà

Una quindicina di anni or sono con alcuni Amici , mi trovavo in un elegante Ristorante Piemontese; notai un piatto che veniva servito ai miei vicini di tavolo dal contenuto misterioso e dal colore insolito. Informatomi presso il Maitre di Sala, che escluse il risotto con le seppie con il nero piatto a me molto noto, mi informò, e mi fece conoscere per la prima volta il Riso Venere che con aria un poco complice venne servito con fontina e coperto da una foglia d'Oro che faceva esaltare il contrasto (il grande Chef Marchesi aveva tracciato questa strada!!); ci disse che era un Riso da poco sul Mercato che presentava indubbe qualità *afrodisiache* oltre a quelle alimentari. Proveniente dalla Zona Novarese, brevettata da SA.PI.SE. (Sardo Piemontese Sementi), ottenuta attraverso tecniche convenzionali e non biotecnologiche, per l'appunto attorno al 1997 quando un ricercatore cinese, in servizio presso il Centro Sperimentale, servendosi di una varietà di riso asiatica messagli a disposizione dall'IRRI (Istituto Internazionale di Ricerca sul Riso, l'ente più importante per la conservazione delle varietà di riso del mondo situato nelle Filippine), realizza un riso che ha le stesse proprietà e caratteristiche del Riso Nero cinese. Il Riso Nero esisteva in Cina da secoli, ma era raro e costoso, perciò solo gli Imperatori e i nobili potevano permetterselo. Dopo una prima fase di selezione, durata alcuni anni, il Riso Nero italiano raggiunge caratteri morfologici stabili e viene battezzato col nome di *Venere*, la Dea dell'Amore

Le caratteristiche e le proprietà

Ha un caratteristico colore nero la cui pigmentazione, insieme all'aroma, è completamente naturale grazie all'elevatissimo contenuto di antociani, sostanze vegetali che danno al riso il colore nero e sono capaci di catturare i radicali liberi ed evitare l'ossidazione. In pratica questo riso non subisce il processo di Pilatura e Brillatura ma solo gli viene tolta la scorza esterna; in pratica è un riso integrale. Come ogni tipo di riso, anche la qualità Venere fornisce all'organismo proteine, pochi lipidi, sali minerali (calcio, ferro, zinco e selenio), vitamine (B1, B2 e niacina) e glucidi sottoforma

di amido. E così il ricercatore asiatico Zhimin Xu ha dichiarato che un cucchiaino di riso nero contiene più antociani di quelli che sono contenuti in un cucchiaino di mirtillo. Ma non solo, visto che il riso rispetto ai mirtillo contiene più fibre e vitamina; ha meno zucchero.

Inoltre, ci tiene a farci sapere il professore Xu, il riso nero è ricco di antiossidanti sia idrosolubili che liposolubili e i pigmenti che si estraggono dal suo guscio possono essere utilizzati nell'industria al posto dei coloranti.

Abbinato con i legumi, crea una miscela proteica che ha un valore nutritivo simile a quello della carne o del pesce. È adatto per la preparazione di risotti, insalate di riso, secondi piatti a base di pesce o verdure, nei dolci, come ingrediente in crespelle e involtini, e come decorazione. Richiede 40/45 minuti per la cottura, 20 se parboiled. Ma non è il caso di usare il parboiled per fare un risotto-

dr Romolo Cacciatori

Enogastronomo- Relatore Sommelier

Una interessante ricetta fornitami dallo Chef

BIALE MASSIMO *Maître Rôtisseur della Chaine*

RISO VENERE E GAMBERI CON I PROFUMI D'ORIENTE

Ingredienti per quattro persone

12 gamberi rossi

120 g di riso Venere Nero

Una mela

30 g di farina di cocco

150 Ml di latte di cocco

Due cucchiaini di Curry

1 cucchiaino di aceto di mele

25 g di burro

30 g di farina

150 Ml di brodo di pesce

Mezzo bicchiere di panna

Un tuorlo d uovo

Procedimento:

Cuocere il Venere in acqua salata per 35 minuti.

Preparare la vellutata al curry in questo modo:

Mettere in una pentola la mela a cubetti il burro l aceto e il curry e la farina. Aggiungere a filo il brodo e cuocere per 10 minuti. Aggiungere panna e tuorlo e addensare al proprio gusto.

Scottare i gamberi in padella con un velo di salsa di soia. Impiattare con salsa curry a specchio riso Venere con coppa pasta e gamberi sopra come da foto

Ristorante ai Navigli

Vi Tiso Da Camposampiero

35137 Padova

049 836 4060

massimobiale@me.com; 'Massimobiale@gmail.com'

www.ainavigli.com
