
Farro allo scoglio

Autore: Max Fattorini

Fonte: Web

Una rivisitazione del classico risotto ai frutti di mare, una prova superata a pieni voti. Dal blog La piccola casa

Proprio così! **“Oggi non ho riso”** è stata l'esclamazione, tra il serio e il faceto, che ho fatto l'altro giorno arrivando a casa con un po' di frutti di mare e alcuni zucchini e con l'intenzione di preparare un bel risotto ai frutti di mare ho fatto l'orrida scoperta: Non avevo riso in dispensa!! Passati i primi secondi di disperazione, ho subito pensato a come rimediare e visto il pacchetto con il farro ho immaginato che avrei potuto utilizzarlo per preparare un "farro allo scoglio". Detto fatto mi sono messo lì, mentre il farro bolliva, ho preparato il sugo nel [padella in ceramica](#) e dopo aver scolato il farro l'ho fatto saltare ancora un po' con il sugo. Giusto il tempo di impiattare, aiutandosi con un coppa pasta e decorando con un po' di prezzemolo riccio, che il farro allo scoglio faceva bella mostra di sé in tavola, restava solo la prova dell'assaggio e anche quella posso assicurarvi che è stata superata a pieni voti!

Ecco quindi la ricetta per preparare un ottimo farro allo scoglio:

Ingredienti per 2 persone

200 grammi di farro
200 grammi di anelli e ciuffetti di totano
200 grammi di code di gamberi sgusciate

300 grammi di muscoli (cozze)

1 zuccina
alcuni pomodori ciliegini

prezzemolo tritato

un bicchiere di vino bianco secco

uno spicchio d'aglio in camicia
olio extra vergine di oliva
sale
pepe

Mettere su l'acqua salata e quando bolle cuocere il farro secondo i tempi indicati (nel mio caso erano di 30 minuti). Nel frattempo tagliare a tocchetti la zuccina e i pomodorini e metter da parte; in una padella far aprire i muscoli (le cozze); quindi separarli dalle valve e mettere da parte, nella stessa padella versare alcuni cucchiai d'olio evo e lo spicchio d'aglio, far prendere colore all'aglio quindi eliminarlo, aggiungere i ciuffi e gli anelli di totano, bagnare con un po' di vino bianco e far andare 5 minuti, aggiungere quindi i tocchetti di zuccina e di pomodoro, cuocere per altri 5 minuti, aggiungere i gamberi e le cozze, aggiustare di sale e pepe e cuocere per un paio di minuti, quindi scolare il farro e farlo andare per un minuto nella padella insieme al sugo. Servire al centro dei piatti aiutandosi, a piacere, con un coppa pasta e decorare con un ciuffo di prezzemolo.

Buon appetito a tutte e tutti.

Dal blog [La piccola casa](#)