



## Biglie di riso, prosciutto e mozzarella

**Portata:** Antipasti

**Tempo di preparazione:** Oltre 60 Minuti

**Difficoltà:** Facile

**Ingredienti per 5 persone:**

- 350 riso Arborio
- 1 bustina di zafferano
- 100 Parmigiano Reggiano da grattugiare
- 30 burro
- 2 uova
- 4 olio extravergine di oliva
- 125 mozzarella
- 100 prosciutto cotto\* in un'unica fetta
- 200 farina di mais\* per polenta
- 500 olio di semi di arachide
- sale

### Preparazione:

Lessate il riso in abbondante acqua salata per 20 minuti, aggiungendo la bustina di zafferano durante l'ebollizione.

Scolate il riso e conditelo con 2 cucchiaini di olio, quindi aggiungete 1 uovo, il Parmigiano Reggiano grattugiato, un pizzico di sale, il burro, e mescolate velocemente.

Stendete il riso su un tagliere o su una superficie rivestita di carta da forno e lasciatelo raffreddare completamente. Tagliate a dadini la fetta di prosciutto cotto e la mozzarella. Mettete la farina di mais in un piatto e l'uovo rimanente sbattuto in un altro.

Ungetevi bene le mani con l'olio rimasto, per riuscire a lavorare il riso senza problemi. Prendete una cucchiainata di riso e formate una conchetta al centro, nella quale inserirete qualche cubetto di mozzarella e di prosciutto cotto. Ricoprite con altro riso, formando una piccola polpetta (dovrà essere poco più grande di una noce).

Proseguite fino a esaurimento del riso, quindi passate le polpette prima nell'uovo sbattuto e poi nella farina di mais. Friggete le polpette nell'olio di arachide e servitele infilate su spiedini di legno.

Ricetta di Anna Pierri

**\*Quando trovate un asterisco accanto a uno degli ingredienti di una ricetta, dovete verificare la presenza sulla confezione della scritta senza glutine, oppure fare riferimento alla Spiga Barrata o al Prontuario dell'Associazione Italiana Celiachia ([celiachia.it](http://celiachia.it)) o scaricare la App AIC Mobile per Android, iPhone e Windows).**

**\*\* Per gli ingredienti indicati con due asterischi, il suggerimento ? di scegliere i prodotti erogabili ai celiaci da parte del SSN: il riferimento ? il Registro degli Alimenti dietetici senza glutine del Ministero della Salute ([salute.gov.it](http://salute.gov.it)).**