**ΡΥΖΙΑ**

**Βασικές ποικιλίες Ρυζιού**

1. **Λευκό :** Στην κατηγορία αυτή ανήκουν τα γνωστά **καρολίνα**, **νυχάκι**, **γλασέ**. Προέρχεται από το άλεσμα και το γυάλισμα του καστανού ρυζιού, χάνοντας έτσι το μεγαλύτερο μέρος των θρεπτικών του συστατικών. Χρησιμοποιούμε συνήθως στα γεμιστά και στο πιλάφι.
2. **Parboiled ή Bonet :** Ρύζι με το χαρακτηριστικό κίτρινο χρώμα, που οφείλεται στην ειδική επεξεργασία του καρπού με ατμό, με αποτέλεσμα συστατικά του φλοιού να περνούν στον κόκκο. Παραμένει σπυρωτό κατά το μαγείρεμα και ο χρόνος παρασκευής του είναι σχεδόν ίδιος με του λευκού. Χρησιμοποιούμε συνήθως για πιλάφι.
3. **Αρωματικά :** Εδώ ανήκουν το **basmati** και το **jasmine**. Είναι γνωστά για το ιδιαίτερο άρωμα και την ευχάριστη γεύση τους. Χρησιμοποιούμε συνήθως για κρεόλ.
4. **Καστανό ή αναποφλοίωτο :** Είναι αυτό που έχει υποστεί τη μικρότερη επεξεργασία. Για την παραγωγή του, αφαιρείται μέρος ή το σύνολο του εξωτερικού σκληρού φλοιού. Με τον τρόπο αυτό, διατηρεί τα περισσότερα θρεπτικά συστατικά του. Χρησιμοποιούμε συνήθως σε παρασκευές κρεόλ.
5. **Μαύρο ή άγριο ρύζι :** Στην πραγματικότητα, προέρχεται από την κορυφή ενός χόρτου, το οποίο καλλιεργείται στις ΗΠΑ και τον Καναδά και περνάει από διαδικασία ψησίματος. Χρησιμοποιούμε σε παρασκευές κρεόλ μόνο του ή μαζί με κάποιον άλλον τύπο ρυζιού όπως το parboiled.
6. **Riz de Camargue :** Κόκκινο ρύχι από την ομώνυμη περιοχή της Νότιας Γαλλίας. Σχετικά νέα ποικιλία ρυζιού ( 1980 ), πλούσιο, μακρύκοκκο ρύζι με βαθύ καφέ, κόκκινο χρώμα. Πρόκειται για αλεσμένη ποικιλία ρυζιού, κάτι που το καθιστά αρκετά κολλώδες. Χρησιμοποιούμε σε πιάτα που θέλουμε να δώσουμε χρώμα και παρασκευάζεται σαν κρεόλ.
7. **Arborio :** Ιταλικό ρύζι. Ο κόκκος του ρυζιού είναι στρογγυλός με υψηλή περιεκτικότητα σε άμυλο. Χρησιμοποιούμε για ριζότο. Απορροφά 3-4 φορές το βάρος του σε υγρό.
8. **Carnaroli :** Ρύζι με κόκκο μεσαίου μεγέθους. Χρησιμοποιούμε παραδοσιακά για την Παρασκευή ριζότο. Διαφέρει από το **arborio** λόγω της υψηλότερης και σταθερότερης σύστασής του σε άμυλο. Απορροφά 3-4 φορές το βάρος του σε υγρό και διατηρεί τη μορφή του καλύτερα από άλλες ποικιλίες ρυζιού κατά τη διάρκεια του αργού μαγειρέματος που απαιτεί η παρασκευή ριζότο.
9. **Vialone nano :** Έχει στρογγυλό, κοντό κόκκο και μπορεί να απορροφήσει 2 φορές το βάρος του σε υγρό. Για το λόγο αυτό, είναι ιδανικό ρύζι για κρεμώδες ριζότο με θαλασσινά και ψάρια.
10. **Riso venere :** Μαύρο ρύζι, ιδανικό για ριζότο που συνοδεύεται με θαλασσινά.
11. **Ρύζι για Σούσι :** Περιέχει μεγάλη ποσότητα άμυλου και έχει μικρό και κοντό κόκκο. Πριν τη χρήση ξεπλένουμε με άφθονο κρύο νερό.

**Βασικές Παρασκευές Ρυζιού**

1. **Ρύζι Κρεόλ**Παίρνουμε το ρύζι, το πλένουμε, το στραγγίζουμε και το βράζουμε σε μπόλικο αλατισμένο νερό που κοχλάζει με λίγο λεμόνι για 10 λεπτά. Ρίχνουμε λίγο κρύο νερό για να κόψουμε το βρασμό και το στραγγίζουμε. Το βάζουμε σε βουτυρωμένο ταψί και προσθέτουμε λίγο βούτυρο λιωμένο και σκεπάζουμε με βρεγμένη λαδόκολλα. Το βάζουμε φούρνο στους 150 βαθμούς για 8 λεπτά περίπου.
2. **Ρύζι Πιλάφι**Παίρνουμε ρύζι και το βάζουμε σε χλιαρό νερό με αλάτι να μουσκέψει για 10 λεπτά. Το πλένουμε και το στραγγίζουμε. Σε κατσαρόλα βάζουμε βούτυρο να κάψει και προσθέτουμε λίγο κρεμμύδι ψιλοκομμένο να σοταριστεί. Προσθέτουμε το ρύζι και το σοτάρουμε. Ρίχνουμε το ανάλογο φον άσπρο ή νερό που κοχλάζει σε αναλογία 1-2. Σκεπάζουμε με καπάκι και ψήνουμε στο φούρνο για 15 λεπτά στους 200. Όταν είναι έτοιμο, το βγάζουμε , το σπάμε με πιρούνι, ρίχνουμε λίγο βούτυρο και το αφήνουμε χωρίς καπάκι για να μείνει σπυρωτό.
3. **Ριζότο**Μουσκεύουμε το ρύζι σε χλιαρό αλατισμένο νερό για 10 λεπτά και το στραγγίζουμε. Βάζουμε σε μια κατσαρόλα βούτυρο να κάψει, προσθέτουμε κρεμμύδι ψιλοκομμένο να σοταριστεί. Σοτάρουμε και το ρύζι και σβήνουμε με λευκό κρασί και αφήνουμε να εξατμιστεί. Προσθέτουμε σταδιακά τον ζεστό ζωμό στο ρύζι, με σκοπό να απορροφήσει αργά και να χυλώσει. Χρειάζεται συνεχές ανακάτεμα για να βγει το άμυλο του ρυζιού, για το σωστό χύλωμα. Στο τέλος εκτός φωτιάς, προσθέτουμε βούτυρο και παρμεζάνα. Το ριζότο πρέπει να είναι χυλωμένο και να κρατάει στο δόντι.

**Μερικές άλλες παρασκευές ρυζιού**

1. **Νατύρ**Παρασκευάζεται όπως το ρύζι κρεόλ. (με μπασμάτι)
2. **Ιντιέν**Παρασκευάζεται όπως το ρύζι κρεόλ. (με Indica)
3. **Ριζότο Ιταλιέν**Ριζότο το οποίο δένουμε με τυρί γραβιέρα και παρμεζάνα.
4. **Ριζότο Μιλαναίζ**Παρασκευάζεται όπως το Ιταλιέν με τη διαφορά ότι το χρωματίζουμε με σαφράν κατά τη διάρκεια που βράζει ο ζωμός του. Επίσης προσθέτουμε κατά τη διάρκεια του βρασμού μανιτάρια ωμά, εμενσέ και ντομάτες κονκασέ.
5. **Πιλάφι α λα Γκρέκ**Προσθέτουμε κατά τη διάρκεια του βρασμού λουκάνικα και μανιτάρι μπρινουάζ σοταρισμένα. Όταν είναι έτοιμο, προσθέτουμε αρακά, πιπεριές κόκκινες γλυκές μπρινουάζ ή ζουλιέν και κουκουνάρι.
6. **Πιλάφι Εζιψιέν (Egyptienne)**Προσθέτουμε στο πιλάφι, συκωτάκια πουλερικών κομμένα ζάρια σοτέ και ένα σαλπικόν(μίξ) από ζαμπόν και μανιτάρια.  
   Επίσης μπορεί να συνοδεύεται με κεφτεδάκια ψημένα με σάλτσα ντομάτας, όπως τα σουτζουκάκια σμυρνέικα.
7. **Ριζότο σάλτσα κιμά**Ριζότο το οποίο συνοδεύεται με σάλτσα κιμά.
8. **Ριζότο Μπολοναίζ**Ριζότο το οποίο συνοδεύεται με σάλτσα μπολοναίζ.
9. **Ριζότο σάλτσα ντομάτα**Ριζότο το οποίο συνοδεύεται με σάλτσα ντομάτα και επάνω στο ρύζι προσθέτουμε γαρνιτούρα ντομάτα γλασσέ.
10. **Ρύζι Πιεμοντέ**Ρύζι κρεόλ στο οποίο προσθέτουμε στο τέλος βούτυρο, παρμεζάνα ή γραβιέρα
11. **Ρύζι Βαλανσιέν**Πιλάφι στο οποίο προσθέτουμε αρακά, φασολάκια, καρδιές μαρουλιού ζουλιέν.
12. **Ρύζι Παριζιέν**Πιλάφι στο οποίο προσθέτουμε μανιτάρια σοτέ, σάλτσα ντομάτας και γραβιέρα τριμμένη.
13. **Ρύζι Παέγια**Ρύζι πιλάφι ή ριζότο με σαφράν, μέσα στο οποίο συνδυάζεται κρέας, ή θαλασσινά, ή λαχανικά. Συχνά περιέχει κοτόπουλο, χοιρινό ή κουνέλι, ή υπάρχει η εκδοχή με τα διάφορα θαλασσινά, ή υπάρχει και η εκδοχή με το κοτόπουλο, λαχανικά και σαλιγκάρια.

**Συνταγή για Παέγια Βαλενσιάνα (αυθεντική Ισπανική)  
Υλικά** : 500 γρ. φιλέτο από μπούτι κοτόπουλο, σε λεπτές λωρίδες  
150 γρ. χωριάτικο λουκάνικο, σε μέτριες ροδέλες  
1 κρεμμύδι ξερό, σε ψιλά καρέ  
2 σκελίδες σκόρδο, λιωμένες  
2 ντομάτες, τριμμένες στον τρίφτη  
2 πιπεριές πράσινες, σε καρέ 2 πιπεριές κόκκινες, σε καρέ  
1 κουτ. γλυκού δεντρολίβανο, φρέσκο, ψιλοκομμένο  
1 φλ. βρασμένα φασόλια μπαρμπούνια ή αρακάς  
250 γρ. γαρίδες, καθαρισμένες  
250 γρ. μύδια, καθαρισμένα  
250 γρ. καλαμαράκια, σε ροδέλες  
1/2 κουτ. γλυκού σκόνη σαφράν  
400 γρ. ρύζι για ριζότο  
250 ml ζωμός κοτόπουλου  
3 κουτ. σούπας φύλλα μαϊντανού, ψιλοκομμένα  
80 ml ελαιόλαδο  
αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

**Εκτέλεση** : Σε ένα μεγάλο βαθύ τηγάνι ζεσταίνουμε το λάδι σε δυνατή φωτιά και σοτάρουμε το κρεμμύδι με το σκόρδο για 2 - 3 λεπτά. Προσθέτουμε το λουκάνικο, το κοτόπουλο, τις πιπεριές και σοτάρουμε για άλλα 4-5 λεπτά. Ρίχνουμε τις ντομάτες, τον μισό ζωμό και αφήνουμε μέχρι να κοχλάσει. Ρίχνουμε το ρύζι, χαμηλώνουμε τη φωτιά και σιγομαγειρεύουμε για 15 λεπτά. Ρίχνουμε τον υπόλοιπο ζωμό, τα θαλασσινά, το σαφράν, τα φασόλια ή τον αρακά, το δεντρολίβανο, αλάτι, πιπέρι και μαγειρεύουμε για 6 - 8 λεπτά, μέχρι να μαλακώσει το ρύζι. Αποσύρουμε από τη φωτιά, σκεπάζουμε και αφήνουμε 5 λεπτά. Πασπαλίζουμε με μαϊντανό.

**Μυδοπίλαφο Πολίτικο  
Υλικά :** 2κιλά μύδια με κέλυφος  
1 κρεμμύδι ξερό ψιλοκομμένο  
1 σκελίδα σκόρδο ψιλοκομμένη  
15 φρέσκα κρεμμυδάκια λεπτοκομμένα  
Λίγο μάραθο χοντροκομμένο  
300 γρ. ρύζι γλασέ  
120 γρ. λευκό κρασί  
1 φύλλο δάφνης  
2-3 ντοματάκια από κονσέρβα ψιλοκομμένα χωρίς ζουμί  
λίγο μπούκοβο  
½ ματσάκι μαϊντανό ψιλοκομμένο  
½ ματσάκι άνηθο ψιλοκομμένο  
150 γρ. ελαιόλαδο  
αλάτι, πιπέρι

**Εκτέλεση :** Για να φτιάξουμε το μυδοπίλαφο, ξεκινάμε ζεσταίνοντας σε μια ζεστή κατσαρόλα το ελαιόλαδο σε μέτρια φωτιά και σοτάρουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο για 2-3 λεπτά. Προσθέτουμε τα φρέσκα κρεμμυδάκια, και το ρύζι και συνεχίζουμε το σοτάρισμα μέχρι να γυαλίσουν οι κόκκοι του ρυζιού. Σβήνουμε με το κρασί, αφήνουμε για 1-2 λεπτά να εξατμιστεί το αλκοόλ και ρίχνουμε τα ντοματάκια, τη δάφνη, το μπούκοβο και αλατοπίπερο. Ανακατεύουμε, προσθέτουμε 600-700 ml νερό και αφήνουμε να πάρει μία βράση. Χαμηλώνουμε τη φωτιά και μαγειρεύουμε για 10 λεπτά, μέχρι να φουσκώσει το ρύζι. Ρίχνουμε τα μύδια, με το κέλυφος, ανακατεύουμε και μαγειρεύουμε για άλλα 5 λεπτά, με σκεπασμένη κατσαρόλα. Ξεσκεπάζουμε το σκεύος και ελέγχουμε τα μύδια– πετάμε όσα δεν άνοιξαν. Προσθέτουμε στο μυδοπίλαφο τα μυρωδικά, ανακατεύουμε και σερβίρουμε.

**Ριζότο με μελάνι σουπιάς  
Υλικά :** 280 γρ. ρύζι για ριζότο, κατά προτίμηση Βιαλόνε Νάνο  
200 ml λευκό ξηρό κρασί  
1 κιλό φρέσκες ή κατεψυγμένες σουπιές, καθαρισμένες  
50 ml ελαιόλαδο  
1 ξερό κρεμμύδι, ψιλοκομμένο  
1 σκελίδα σκόρδου, πολύ ψιλοκομμένη  
1 λίτρο ζεστός ζωμός ψαριού  
½ ματσάκι μαϊντανό ψιλοκομμένο

**Εκτέλεση :** Για το ριζότο με μελάνι σουπιάς ξεκινάμε και πλένουμε πολύ καλά τις σουπιές και τις κόβουμε σε λεπτές λωρίδες μικρού μήκους. Τις αλατίζουμε και τις βάζουμε σε ένα σουρωτήρι για 10 λεπτά. Σε μια φαρδιά κατσαρόλα ζεσταίνουμε το μισό ελαιόλαδο σε χαμηλή φωτιά και σοτάρουμε το κρεμμύδι με το σκόρδο για 2 - 3 λεπτά, ώσπου να μαραθούν. Προσθέτουμε τις κομμένες σουπιές και σοτάρουμε για άλλα 2 λεπτά, ανακατεύοντας διαρκώς με ξύλινη κουτάλα. Ρίχνουμε το ρύζι και ανακατεύουμε για 2 - 3 λεπτά, μέχρι να γυαλίσουν καλά οι κόκκοι του και να γίνουν διάφανοι. Σβήνουμε με το κρασί και ρίχνουμε αμέσως το μελάνι. Μαγειρεύουμε για 2 - 3 λεπτά, μέχρι να εξατμιστεί το αλκοόλ, ανακατεύοντας τακτικά. Προσθέτουμε σε δόσεις τον ζεστό ζωμό ψαριού και φτιάχνουμε το ριζότο. Αποσύρουμε το σκεύος από τη φωτιά και ρίχνουμε το μαϊντανό, το ξύσμα του λεμονιού, το υπόλοιπο ελαιόλαδο, αλάτι και πιπέρι. Ανακατεύουμε, αφήνουμε το ριζότο να «ξεκουραστεί» για 2 - 3 λεπτά και σερβίρουμε.

**Σαρμαδάκια γιαλαντζί  
Υλικά :** 1 μεγάλο βάζο (800 γρ) αμπελόφυλλα σε άρμη (είναι περίπου 110 φύλλα) ή φρέσκα στην εποχή τους  
1 φλιτζ. τσαγιού ελαιόλαδο  
χυμός από 1 λεμόνι  
στραγγιστό γιαούρτι, για το σερβίρισμα  
1½ φλιτζ. τσαγιού ρύζι Καρολίνα Σερρών  
2 ξερά κρεμμύδια, πολύ ψιλοκομμένα  
4 φρέσκα κρεμμυδάκια, ψιλοκομμένα  
1 κουτ. σούπας συμπυκνωμένος χυμός ντομάτας (πασάτα)  
1 μάτσο άνηθος, ψιλοκομμένος  
1 μάτσο μαϊντανός, ψιλοκομμένος  
1 μάτσο φρέσκος δυόσμος, ψιλοκομμένος  
χυμός από 2 λεμόνια  
50 ml ελαιόλαδο  
αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

**Εκτέλεση :** Για τα σαρμαδάκια γιαλαντζί ξεκινάμε βάζοντας άφθονο νερό να βράσει σε μια μεγάλη κατσαρόλα και, όταν κοχλάσει, ζεματίζουμε τα αμπελόφυλλα σε δόσεις, για 1-3 λεπτά, ανάλογα με το πόσο χοντρά είναι. Τα βγάζουμε με τρυπητή κουτάλα, τα μεταφέρουμε αμέσως σε μπολ με παγωμένο νερό (το οποίο ανανεώνουμε τακτικά για να μη ζεσταθεί), ώστε να μη χάσουν το ζωηρό χρώμα τους, και τα στραγγίζουμε σε σουρωτήρι Τα στοιβάζουμε το ένα πάω στο άλλο, σε ένα πιάτο, και τα αφήνουμε κατά μέρος όσο ετοιμάζουμε τη γέμιση.

**Γέμιση**

Σε φαρδιά κατσαρόλα ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε μέτρια φωτιά και σοτάρουμε μαζί τα ξερά και τα φρέσκα κρεμμύδια, για 4-5 λεπτά, μέχρι να μαλακώσουν καλά και να ξανθύνουν. Ρίχνουμε το ρύζι και σοτάρουμε για 1 λεπτό, ανακατεύοντας, μέχρι να γυαλίσουν οι κόκκοι του. Προσθέτουμε τον χυμό ντομάτας, ανακατεύουμε μια δυο φορές και αποσύρουμε από τη φωτιά. Ρίχνουμε όλα τα μυρωδικά, τον χυμό λεμονιού, αλατοπίπερο κατά βούληση και 100 ml νερό και ανακατεύουμε καλά.

**Σαρμαδάκια**

Αφήνουμε κατά μέρος 9-10 μεγάλα και χοντρά αμπελόφυλλα, για να τα στρώσουμε στον πάτο της κατσαρόλας. Σε καθαρό ξύλο κοπής στρώνουμε ένα αμπελόφυλλο, με το κοτσάνι μπροστά μας και με τη θαμπή πλευρά του προς τα πάνω, ώστε με το τύλιγμα να φαίνεται η γυαλιστερή, «καλή» πλευρά. Βάζουμε λίγο πιο πάνω από το κοτσάνι 1 κουτ. γλυκού γέμιση και την απλώνουμε αρκετά μακρόστενη. Φέρνουμε τις μυτερές πλαϊνές άκρες του φύλλου προς το κέντρο. Τυλίγουμε το φύλλο σε ρολό, μετρίως σφιχτό, ώστε να έχει χώρο το ρύζι να φουσκώσει στο μαγείρεμα δίχως να σκίσει ή να ξετυλίξει το φύλλο. Το σαρμαδάκι βγαίνει μακρύ και λεπτό όσο περίπου ο δείκτης μας. Συνεχίζουμε τη διαδικασία μέχρι να τελειώσουν τα υλικά. Σε βαθιά και μεγάλη κατσαρόλα στρώνουμε τα αμπελόφυλλα που αφήσαμε στην άκρη, ώστε να καλύψουμε τον πάτο της. Βάζουμε τα σαρμαδάκια στην κατσαρόλα σε στρώσεις, κοντά το ένα στο άλλο, και με την άκρη του τυλίγματος προς τα κάτω. Ρίχνουμε το ελαιόλαδο και τον χυμό λεμονιού και τα σκεπάζουμε με ένα πιάτο για να μη μετακινηθούν στο μαγείρεμα. Προσθέτουμε τόσο ζεστό νερό ώστε ίσα μισοκαλύψει το πιάτο και τοποθετούμε την κατσαρόλα σε δυνατή φωτιά, μέχρι να πάρει βράση το νερό. Χαμηλώνουμε τη φωτιά και σιγομαγειρεύουμε για 30-40 λεπτά, μέχρι να μαλακώσει το ρύζι. Τα αφήνουμε να κρυώσουν και σερβίρουμε με γιαούρτι.

**Ριζότο με ανάμεικτα μανιτάρια και λάδι τρούφας  
Υλικά :** 150 γρ. μανιτάρια πορτομπέλο  
150 γρ. μανιτάρια πλευρώτους  
150 γρ. μανιτάρια λευκά  
50 γρ. αποξηραμένα βασιλομανίταρα (πορτσίνι), μουλιασμένα για 40 λεπτά σε χλιαρό νερό  
80 ml ελαιόλαδο  
200 γρ. κρεμμύδι, ψιλοκομμένο  
2 σκελίδες σκόρδο, λιωμένες  
250 γρ. ρύζι vialone nano ή καρναρόλι ή αρμπόριο  
150 ml λευκό ξηρό κρασί  
800 ml ζωμός κοτόπουλου , ζεστός  
80 γρ. παρμεζάνα, τριμμένη  
150 γρ. βούτυρο αγελάδας, σε κομμάτια  
1 μάτσο μαϊντανός, ψιλοκομμένος  
1 μάτσο σχοινόπρασο, ψιλοκομμένο  
μερικές σταγόνες χυμός λεμονιού  
μερικές σταγόνες λάδι τρούφας  
λάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

**Εκτέλεση :** Για να φτιάξουμε αυτό το ριζότο με ανάμεικτα μανιτάρια και λάδι τρούφας αρχικά καθαρίζουμε σχολαστικά όλα τα φρέσκα μανιτάρια με νοτισμένο πανάκι. Κόβουμε τα πορτομπέλο στα έξι, τα πλευρώτους στη μέση και τα λευκά στα τέσσερα. «Ψαρεύουμε» τα βασιλομανίταρα από το νερό με τα δάχτυλά μας (για να μην πάρουμε μαζί και τυχόν χώμα που έμεινε στο νερό), τα ταμπονάρουμε καλά σε χαρτί κουζίνας και τα ψιλοκόβουμε. Βάζουμε να ζεσταθεί καλά μια φαρδιά και ρηχή κατσαρόλα σε πολύ δυνατή φωτιά και, όταν κάψει καλά και αρχίσει να αχνίζει, ρίχνουμε 30 ml από το ελαιόλαδο και όλα τα μανιτάρια. Τα σοτάρουμε για 1-2 λεπτά, ανακατεύοντας συνεχώς. Αποσύρουμε και τα αδειάζουμε σε μεγάλο σουρωτήρι που έχουμε στερεώσει πάνω από ένα μπολ. Τα αφήνουμε να στραγγίξουν καλά, κρατώντας κατά μέρος τόσο τα μανιτάρια όσο και το υγρό που έμεινε στο μπολ. Καθαρίζουμε και σκουπίζουμε καλά την κατσαρόλα και ζεσταίνουμε εκεί το υπόλοιπο ελαιόλαδο σε χαμηλή φωτιά. Σοτάρουμε το κρεμμύδι και τα σκόρδα για 2 λεπτά, μέχρι να μαλακώσουν. Προσθέτουμε το ρύζι και σοτάρουμε για άλλα 3-4 λεπτά, μέχρι να γυαλίσουν οι κόκκοι του. Σβήνουμε με το κρασί και μαγειρεύουμε, ανακατεύοντας, μέχρι να εξατμιστεί το αλκοόλ και να απορροφηθεί όλο το υγρό. Ρίχνουμε στην κατσαρόλα το υγρό από το στράγγισμα των μανιταριών, ανακατεύουμε και αρχίζουμε να ρίχνουμε τον ζεστό ζωμό σε δόσεις, με μια κουτάλα της σούπας, ρίχνοντας κάθε δόση αφού πρώτα έχει απορροφηθεί η προηγούμενη. Συνεχίζουμε τη διαδικασία για άλλα 20 λεπτά, μέχρι το ρύζι να είναι σχεδόν έτοιμο. Ρίχνουμε στην κατσαρόλα όλα τα μανιτάρια, αλατοπιπερώνουμε και ανακατεύουμε. Συνεχίζουμε το μαγείρεμα για άλλα 5 λεπτά, προσθέτοντας ζωμό αν χρειαστεί, μέχρι το ρύζι να είναι έτοιμο. Το ριζότο πρέπει να είναι χυλωμένο αλλά όχι υδαρό και οι κόκκοι του ρυζιού μαλακοί αλλά ελαφρώς αλ ντέντε. Αποσύρουμε από τη φωτιά. Προσθέτουμε την παρμεζάνα, το βούτυρο, τον μαϊντανό, το σχοινόπρασο, λίγες σταγόνες χυμό λεμονιού και σταγόνες από λάδι τρούφας, και ανακατεύουμε με μεγάλες και απαλές κινήσεις, σαν να ανακατεύουμε μαρέγκα. Διορθώνουμε το αλατοπίπερο, αν χρειάζεται, και σερβίρουμε.

**Ρύζι με Κάστανα  
Υλικά :** 15 κάστανα βρασμένα σπασμένα με το χέρι  
2 φλυτζάνια ρύζι κίτρινο  
1 κουτ. Σούπας μαϊντανό ψιλοκομμένο  
½ κουτ. Γλυκού κανέλα  
αλάτι, πιπέρι  
5 φλυτζάνια νερό ή ζωμό κότας  
1 κρεμμύδι ξερό ψιλοκομμένο  
100 γρ. κουκουνάρι καβουρδισμένο  
Ελαιόλαδο  
1 κουτ. Γλυκού βούτυρο  
3 κουτ. Σούπας σταφίδες

**Εκτέλεση :** Σε κατσαρόλα σοτάρουμε το κρεμμύδι σε βούτυρο και ελαιόλαδο. Ρίχνουμε το ρύζι πλυμένο, τις σταφίδες, τα κάστανα και το κουκουνάρι. Αφήνω 1-2 λεπτά να γυαλίσει το ρύζι και προσθέτω τον ζωμό. Μόλις πάρει βράση, χαμηλώνω τη φωτιά, μισοσκεπάζω με καπάκι και αφήνουμε να σιγοβράσει για 15 λεπτά. Μόλις πιει τα νερά του, βγάζω από τη φωτιά και σκεπάζω με πετσέτα.

**Ρυζόγαλο  
Υλικά :** 100 γρ. ρύζι γλασέ  
600 γρ. γάλα  
1 βανίλια στικ  
40 γρ. ζάχαρη

**Εκτέλεση :** Πρσοθέτουμε σε κατσαρόλα το ρύζι με το γάλα και τα σπόρια από τη βανίλια. Φέρνουμε σε βρασμό ανακατεύοντας συνέχεια. Χαμηλώνουμε τη φωτιά και βάζουμε καπάκι. Αφήνουμε για 40 λεπτά περίπου, ανακατεύοντας συχνά μέχρι να γίνει παχύρευστο. Προσθέτουμε τη ζάχαρη ανακατεύουμε και μοιράζουμε σε μπολ. Αφήνουμε να κρυώσει και σερβίρουμε με κανέλα.

**Σούσι (για 50 κομμάτια )  
Υλικά : Το άρτυμα:** Σε κατσαρολάκι ζεσταίνουμε 1 κουτ. σούπας αλάτι, 60 ml ρυζόξιδο, 70 γρ. ζάχαρη και 8 ml μίριν (γλυκό λικέρ), μέχρι να λιώσουν το αλάτι και η ζάχαρη. Αποσύρουμε και ρίχνουμε 1 μικρό κομμάτι από φύκι kombu. Αφήνουμε να κρυώσει το μείγμα και ρίχνουμε άλλα 60 ml ρυζόξιδο. Κρατάμε στην άκρη 90-120 ml από το μείγμα που ετοιμάσαμε, για το ρύζι.  
**Το ρύζι:** Σε σουρωτήρι ξεπλένουμε 450 γρ. ρύζι για σούσι πάρα πολύ καλά κάτω από τη βρύση, μέχρι το νερό να βγαίνει από το σουρωτήρι εντελώς διάφανο. Αφήνουμε το ρύζι να στραγγίξει για 1 ώρα και το ρίχνουμε σε μια μικρή κατσαρόλα (ιδανικά χωρητικότητας 1 λίτρου) μαζί με 540 ml κρύο νερό. Σκεπάζουμε την κατσαρόλα καλά και βράζουμε σε δυνατή φωτιά για 1 λεπτό, αφότου αρχίσει να κοχλάζει το νερό. Χαμηλώνουμε τη φωτιά και βράζουμε για 5 λεπτά. Δυναμώνουμε ξανά τη φωτιά και μόλις πάρει βράση, μετράμε 10-15 δευτερόλεπτα. Αποσύρουμε από τη φωτιά και αφήνουμε την κατσαρόλα σκεπασμένη για 15 λεπτά. Αδειάζουμε σε ευρύχωρο μπολ, ρίχνουμε 90 ml από το άρτυμα που φτιάξαμε και ανακατεύουμε με ελαστική σπάτουλα (μαρίζ), «διπλώνοντας» το ρύζι για να κρυώσει πιο εύκολα και γρήγορα.  
1. Παίρνουμε με τη χούφτα μία δόση βρασμένου ρυζιού, όση ένα μικρό αυγό.  
2. Κλείνουμε απαλά τη χούφτα, απλώνοντας το ρύζι σαν σουτζουκάκι, και πιέζουμε για να σταθεροποιηθεί το μακρουλό σχήμα που θέλουμε να δώσουμε. Το κολλώδες ρύζι διατηρεί το οβάλ σχήμα του όταν ανοίξουμε ξανά τη χούφτα μας.  
3. Με τον δείκτη και τον μέσο του άλλου χεριού ελαφρώς καμπυλωμένα, πιέζουμε απαλά την επιφάνεια του ρυζιού για να τελειοποιήσουμε το σχήμα.  
4. Το nigiri είναι έτοιμο, σαν στρουμπουλό σουτζουκάκι.  
5. Γαρνίρουμε με μια λεπτή φέτα από φρέσκο, ωμό ψάρι της αρεσκείας μας.

**Κινέζικο τηγανητό ρύζι με αυγά, λαχανικά και σόγια σος  
Υλικά :** 2 φλιτζ. τσαγιού ρύζι λευκό μακρύκοκκο, του 10λεπτου  
300 γρ. αρακάς κατεψυγμένος  
2 μέτρια καρότα, σε μικρά κυβάκια  
3 φρέσκα κρεμμυδάκια, σε λεπτές ροδέλες  
20 γρ. φρέσκο τζίντζερ, τριμμένο  
4 αυγά  
70 ml σάλτσα σόγιας  
50 ml σάκε (αλκοολούχο ποτό από ρύζι, που βρίσκουμε σε μεγάλα σούπερ μάρκετ, κάβες και καταστήματα με ασιατικά τρόφιμα) ή λευκό γλυκό κρασί  
50 ml ελαιόλαδο  
αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

**Εκτέλεση :** Για να ετοιμάσουμε κινέζικο τηγανητό ρύζι με αυγά, λαχανικά και σόγια σος, βράζουμε το ρύζι σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας. Το αδειάζουμε σε μπολ και το αφήνουμε στο ψυγείο μέχρι να το χρειαστούμε. (Η συμβουλή του σεφ είναι ότι το κρύο ρύζι είναι το καταλληλότερο για τηγανητό, γι’ αυτό μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε και αυτό που μας περίσσεψε από την προηγούμενη μέρα.) Σε ένα μπολ χτυπάμε τα αυγά με λίγο αλατοπίπερο μέχρι να αφρατέψουν (αλάτι με φειδώ, γιατί η σόγια είναι αρκετά αλμυρή). Σε μια φαρδιά και ρηχή κατσαρόλα (ή σε ένα γουόκ, αν έχουμε) ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε δυνατή φωτιά και σοτάρουμε το καρότο με το τζίντζερ και τον αρακά, για 1/2 με 1 λεπτό, μέχρι να ροδίσουν ελαφρά. Ρίχνουμε τα αυγά, τα ανακατεύουμε με ξύλινη κουτάλα για περίπου 1 λεπτό, ώστε να πήξουν μεν, αλλά και να θρυμματιστούν (όπως στη στραπατσάδα). Προσθέτουμε το φρέσκο κρεμμυδάκι, το ρύζι, το σάκε και τη σόγια και ανακατεύουμε για 2-3 λεπτά, μέχρι να αναμειχθούν καλά τα υλικά και να ζεσταθεί το ρύζι.

#### **Γιουβαρλάκια Υλικά :** 500 γρ. μοσχαρίσιος κιμάς από σπάλα 120 γρ. ρύζι γλασέ 120 γρ. ξερό κρεμμύδι, ψιλοκομμένο 10 κλωνάρια δυόσμος, ψιλοκομμένος 6 κλωνάρια άνηθος, ψιλοκομμένος 5 κλωνάρια μαϊντανός, ψιλοκομμένος 1 αυγό 1 καρότο, σε κυβάκια 1 φύλλο δάφνης 100 ml ελαιόλαδο αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι **Για το αυγολέμονο** 2 αυγά (μόνο κρόκο) 2 κουτ. γλυκού κορν φλάουρ χυμός από 1½-2 λεμόνια

1. **Εκτέλεση :** Για τα γιουβαρλάκια, σε μπολ ανακατεύουμε τον κιμά με το ρύζι, το κρεμμύδι, τα μυρωδικά, το αυγό, αλατοπίπερο και 40 ml από το ελαιόλαδο, ζυμώνουμε καλά και πλάθουμε περίπου 25 γιουβαρλάκια. Σε μια βαθιά κατσαρόλα ρίχνουμε 1.200 ml νερό, το καρότο, τη δάφνη, αλατοπίπερο και το υπόλοιπο λάδι και βράζουμε για 3-4 λεπτά, μέχρι να αρχίσει το νερό να κοχλάζει. Ρίχνουμε τα γιουβαρλάκια με τρυπητή κουτάλα (σε δόσεις) και ξαφρίζουμε για όσο χρειαστεί (περίπου 10 λεπτά). Χαμηλώνουμε τη φωτιά, σκεπάζουμε με το καπάκι και σιγομαγειρεύουμε για περίπου 30 λεπτά. Σβήνουμε τη φωτιά, αλλά αφήνουμε την κατσαρόλα στο ζεστό μάτι.  
   **Αυγολέμονο**Σε μπολ ανακατεύουμε τον χυμό λεμονιού με το κορν φλάουρ. Ρίχνουμε μέσα και τους κρόκους. Με μια κουτάλα της σούπας παίρνουμε ζουμί από την κατσαρόλα (2-3 κουτάλες) και το ρίχνουμε σταδιακά στο αυγολέμονο, ανακατεύοντας συνεχώς, μέχρι το αυγολέμονο να ζεσταθεί καλά. Το αδειάζουμε στην κατσαρόλα, σείουμε να πάει παντού και αποσύρουμε την κατσαρόλα από το ζεστό μάτι.