



Arancini

35'Χρόνος
Εκτέλεσης**3 ώρες'**Χρόνος
Αναμονής**10'**Χρόνος
Ψησίματος**15**

Μερίδες

2Βαθμός
Δυσκολίας

Μέθοδος Εκτέλεσης

Για το ριζότο

- Τοποθετούμε ένα βαθύ **τηγάνι** σε δυνατή φωτιά και προσθέτουμε το ελαιόλαδο.
- Βάζουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο και σοτάρουμε για 1-2 λεπτά.
- Προσθέτουμε το ρύζι και σοτάρουμε μέχρι να πάρει χρυσαφένιο χρώμα.
- Σβήνουμε με κρασί και μόλις εξατμιστεί προσθέτουμε τον ζωμό σε δόσεις. Ανακατεύουμε συνέχεια για 15-18 λεπτά μέχρι να βράσει το ρύζι και απορροφήσει όλη την υγρασία.
- Σβήνουμε τη φωτιά, προσθέτουμε το βούτυρο, την παρμεζάνα, τη ρίγανη, το πιπέρι και ανακατεύουμε.
- Μεταφέρουμε όλο το μείγμα σε ένα **ταψί 32x25 εκ.**, και καλύπτουμε με διάφανη μεμβράνη. Φροντίζουμε η μεμβράνη να εφάπτεται στην επιφάνεια του μείγματος.
- Μεταφέρουμε στο ψυγείο και αφήνουμε 1-2 ώρες να κρυώσει.

Για τη γέμιση

- Σε ένα μπολ βάζουμε το τυρί κρέμα, τη γραβιέρα, τη φέτα σπασμένη με τα χέρια μας, τη ρίγανη, το θυμάρι, πιπέρι και ανακατεύουμε καλά.
- Χωρίζουμε τη γέμιση σε 15 κομμάτια και αφήνουμε στην άκρη.

Για τη σύνθεση

- Χωρίζουμε το κρύο ριζότο σε 15 κομμάτια. Παίρνουμε ένα κομμάτι και το απλώνουμε στο χέρι μας. Βάζουμε στο κέντρο ένα κομμάτι από τη γέμιση και πλάθουμε σε μπαλάκι. Ακολουθούμε την ίδια διαδικασία για όλο το υπόλοιπο μείγμα.
- Τοποθετούμε ένα βαθύ τηγάνι με το ηλιέλαιο σε δυνατή φωτιά.
- Περνάμε τα arancini διαδοχικά από το αλεύρι, το αβγό και τέλος από το πάνκο και βάζουμε στο καυτό λάδι. Τηγανίζουμε για 2-3 λεπτά μέχρι να πάρουν χρώμα.
- Αφαιρούμε σε απορροφητικό χαρτί και σερβίρουμε με σάλτσα ντομάτας και φρέσκια ρίγανη.

Συστατικά

Για το ριζότο

- 1 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1 κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
- 1 σκ. σκόρδο, ψιλοκομμένο
- 300 γρ. ρύζι αρμπορίο
- 150 γρ. κρασί λευκό
- 1 λίτρο ζωμό λαχανικών
- 50 γρ. βούτυρο
- 80 γρ. παρμεζάνα
- 1 κ.σ. ρίγανη
- πιπέρι

Για τη γέμιση

- 50 γρ. τυρί κρέμα
- 50 γρ. γραβιέρα, τριμμένη
- 100 γρ. φέτα
- 1 κ.σ. ρίγανη
- 1 κ.σ. θυμάρι
- πιπέρι

Για τη σύνθεση

- 100 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 3 αβγά
- 100 γρ. πάνκο
- 400 ml ηλιέλαιο

Για το σερβίρισμα

- [σάλτσα ντομάτας](#)
- ρίγανη

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

260 Θερμίδες (kcal)	13.0 Λιπαρά (γρ.)	5.9 Κορ.Λίπη (γρ.)	27.0 Υδατ/κες (γρ.)
13%	19%	30%	10%
1.4 Σάκχαρα (γρ.)	8.4 Πρωτεΐνη (γρ.)	1.5 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.49 Αλάτι (γρ.)
2%	17%	6%	8%