



```html

## Risoto Cremoso de Inhame com Chips Crocantes de Beterraba e Feijão Aromatizado

### Ingredientes (para 2 pessoas):

---

1 xícara de arroz (arbóreo ou comum de grão curto)  
2 inhames médios  
1 beterraba grande  
1 xícara de feijão cozido (com um pouco do caldo)  
Água quente (para o risoto)  
Azeite de oliva  
Sal a gosto  
Pimenta do reino moída na hora a gosto

### Modo de Preparo:

---

**\*\*Prepare a Beterraba:\*\*** Lave bem a beterraba. Descasque e corte em fatias bem finas (com mandoline, se tiver, ou faca afiada). Em uma tigela, misture as fatias com um fio de azeite, uma pitada de sal e pimenta. Distribua em uma única camada na cesta da Airfryer. Asse a 180°C por 10-15 minutos, virando na metade do tempo, até ficarem crocantes. Reserve.

**\*\*Prepare o Inhame:\*\*** Descasque os inhames e corte em cubos pequenos. Cozinhe em água fervente com uma pitada de sal até ficarem bem macios. Escorra (reserve um pouco da água do cozimento) e amasse o inhame até obter um purê liso.

**\*\*Inicie o Risoto:\*\*** Em uma panela média (no fogão), aqueça um fio de azeite. Adicione o arroz e refogue por 1 minuto. Comece a adicionar a água quente (ou a água do cozimento do inhame), uma concha por vez, mexendo constantemente. Espere o líquido ser absorvido antes de adicionar a próxima concha.

**\*\*Finalize o Risoto:\*\*** Quando o arroz estiver quase cozido (al dente), adicione o purê de inhame. Misture bem, adicione mais água quente se necessário, até o risoto ficar cremoso e o arroz macio. Acerte o sal e a pimenta.

**\*\*Prepare o Feijão:\*\*** Enquanto o risoto cozinha, em uma panela pequena (no fogão), aqueça um fio de azeite. Adicione o feijão cozido com um pouco do seu caldo. Amasse levemente alguns grãos com uma colher para engrossar o caldo. Tempere com sal e pimenta a gosto. Deixe apurar por alguns minutos.

**\*\*Montagem:\*\*** Sirva o risoto cremoso de inhame em pratos individuais. Ao lado, coloque uma porção generosa do feijão cremoso. Finalize decorando o risoto com os chips crocantes de beterraba.

## Preparo

Menos de 30 minutos

## Cozimento

30 minutos a 1 hora

## Serve

Serve 2 pessoas

## Dieta

Sem glúten, Sem laticínios, Vegano (se o caldo de arroz/inhame for feito apenas com água ou caldo vegetal)

## Dica

---

*Para um sabor ainda mais intenso no risoto, utilize a água do cozimento do inhame como parte do líquido para cozinhar o arroz. Se desejar, adicione um toque de ervas frescas picadas (como salsinha ou cebolinha) no final do risoto e do feijão para realçar o aroma.*

^^^