



UN TOCCO DI ZENZERO



Pulao di riso noci e anacardi

Dosi per 4 persone

riso basmati grammi 240
gherigli di noce grammi 40
anacardi grammi 40
olio di semi 2 cucchiari
cipolla rossa 1
aglio 1 spicchio grande
carote 2 (se grande 1)
semi di cumino 1 cucchiaino
alloro 1 foglia

semi di coriandolo 2 cucchiaini
cardamomo verde 4/bacche
coriandolo fresco 1 ciuffetto
brodo vegetale 5 dl
sale & pepe

tenete a mollo il riso per 30 minuti. Intanto fate soffriggere in un tegame con l'olio, l'aglio schiacciato, la cipolla tritata e la carota lavata e tritata.

Scolate il riso, versatelo nel tegame e unitevi i semi del cumino, del coriandolo e le bacche del cardamomo. Cuocete il tutto per un paio di minuti, mescolando continuamente.

Unite il brodo vegetale. Aggiungete la foglia di alloro e mescolate. Aggiustate di sale. Portate a ebollizione. A questo punto abbassate al minimo, coprite con un coperchio e fate sobbollire a fuoco basso per circa 10 minuti, senza mescolare.

Togliete il tegame dal fuoco e fate riposare per 5 minuti. Eliminate l'alloro e le bacche del cardamomo. Unite le noci e gli anacardi tritati grossolanamente.

Servite ancora caldo in un vassoio o in coppette di ceramica riscaldate, decorando con il coriandolo tritato.

Sandra Salerno
Eventi, Consulenze gastronomiche & Cucina
© Untoccodizenzero
<http://www.untoccodizenzero.it>
Mobile +39.335.310032
cucina@untoccodizenzero.it