



Rýchle rizoto so zeleninou

.

//

.

Suroviny:

250 g tmavej ryže

1 veľkú cibuľu

1 strúčik cesnaku

2 pokrájané stonky zeleru

100 g konzervovaných lúpaných paradajok

1 červenú papriku

hrst mrazených zelených fazuliek

70 g čiernych olív

2 vetvičky šalvie

350 ml kuracieho vývaru

1 lyžičku tabaska

soľ, čierne mleté korenie

Postup:

Do vyššej panvice dajte cibuľu, pretlačený cesnak, zeler, šalviu a zalejte vývarom. Privedte do varu a na miernom plameni 5 minút povarte. Pridajte ryžu a pokrájané paradajky. Ochutťte tabaskom, soľou a čiernym mletým korením, uveďte do varu a pod pokrievkou na miernom plameni varte približne 20 minút. Pridajte fazuľky a ešte chvíľku varte, kým nie je ryža mäkká.

Nakoniec vyberte lístky šalvie a primiešajte olivy. Hotový pokrm ozdobte čerstvými lístkami šalvie, podávajte so zeleninovým šalátom.

.

//

.