

Bleskové rizoto s kari



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 30min , Porce: 4

495 kalorií , **7 g** cukrů , **28 g** tuků , **38 g** bílkovin

Autor: kaccka

Odkaz: <https://srecepty.cz/bleskove-rizoto-s-kari>

Příprava

Propláchnutou rýži zalijeme horkou vodou, osolíme, přidáme bujonovou kostku a vaříme 15 minut. Scedíme a necháme odkapat. V rendlíku rozpálíme olej, nasypeme na něj kari, zeleninu a na kostičky nakrájenou šunku. Krátce vše podusíme, přisypeme rýži a promícháme. Na mírném ohni prohřejeme, popř. dosolíme. Na talířích posypeme nastrohaným sýrem.

Ingredience

- 350 g rýže
- 1 špetka soli
- 1 kostka zeleninového bujónu
- 2 lžíce olivového oleje
- 1 lžička kari
- 200 g šunky
- 100 g tvrdého sýra
- 250 g mražené zeleninové směsi

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročné, Obiloviny, těstoviny a rýže, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

