

Rizoto od maminky



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 1h 0min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 45min , Porce: 4

1895 kalorií , **0 g** cukrů , **10 g** tuků , **35 g** bílkovin

Autor: Tom Krkoska

Odkaz: <https://srecepty.cz/rizoto-od-maminky>

Příprava

České kuřecí rizoto 4 porce Doba přípravy: 60 minut
Ingredience: 500 g rýže Parboiled 2 cibule 2 stroužky česneku maso z 1 kuřete 2 lžíce oleje 1 lžička drceného kmínu sůl a pepř 1 lžička sladké papriky 2 mrkve 150 g kukuřice (mražené) 150 g hrášku (mraženého) 1,5 l domácího kuřecího vývaru 100 g nastrouhaného eidamu čerstvá petrželka
Postup: 1. Rýži uvařte v osolené vodě na skus. Cibuli a česnek oloupejte a nadrobno nakrájejte. Kuřecí maso nakrájejte na kostky. V hrnci rozehřejte olej, do hněda orestujte cibuli, ale nepřipalte! Poté vmíchejte drcený kmín a dál restujte. 2. Přidejte česnek, maso, osolte, opepřete a restujte. Vmíchejte papriku, mrkev a opět restujte. Nakonec vmíchejte uvařenou rýži, kukuřici, hrášek a zalijte vývarem. Vše promíchejte. 3. Předehřejte si troubu na 200 °C. Rizoto v troubě (odklopené) zapečte dozlatova, stačí 20 minut. Pak ho rozdělte na talíře, ozdobte nastrouhaným sýrem a petrželkou.

Ingredience

- 500 g rýže natural (celozrnná)

Kategorie

Česká, Celoročně

