

# Zeleninová rýže



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 40min , Porce: 4

**1273** kalorií , **0 g** cukrů , **0 g** tuků , **18 g** bílkovin

**Autor:** Justýna Wimmerová

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/zeleninova-ryze>

## Příprava

Rýži propereme nejdřív v teplé a poté ve studené vodě. Nakrájíme si cibulku nadrobno, osmahneme jí dozlatova a přidáme koření dle chuti (červenou papriku, kari, majoránku, koření na špagety....), krátce orestujeme a přidáme rýži. Lehce osmahneme a zalijeme vodou. Po uvaření necháme chvíli odstát a nakrájíme si barevné papriky na drobné kostičky, z kukuřice slijeme vodu. Zeleninu zamícháme do hotové rýže a je hotovo. Můžeme posypat sýrem a jíst jako rizoto, nebo rýži použít jako přílohu k masu (k játrům, rybě...).

## Ingredience

- ✓ 300 g dlouhozrnné rýže
- ✓ 1 hrneček kukuřice
- ✓ 3 papriky (kapije)
- ✓ 1 cibule

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Obiloviny, těstoviny a rýže, Rychlovka, Rodina, Příloha



### Tip k receptu

Dávám koření podle toho, k čemu rýži budu jíst. K játrům se hodí červená paprika a trocha chilli, k samotnému jídlu koření na špagety nebo kari. Experimentujte a vyzkoušejte si variantu, která vám bude nejvíc chutnat:-)