



CUCINA CON NOI!

Riso basmati con verdure al curry e ceci

Un piatto unico vegetariano dai profumi orientali: questa ricetta con verdure, curry e ceci è l'ideale per la pausa pranzo. E grazie alla tecnica della vasocottura è perfetta per una ristorazione veloce che combina gusto e praticità!

INGREDIENTI

150 g di Verdure per Piatti Etnici Orogel

60 g di riso basmati

80 ml di acqua

mezzo cucchiaino di curry piccante

1 cucchiaino di arachidi

foglioline di menta

olio extravergine di oliva

sale

2 cucchiaini di ceci



20



1



Facile



Primi Piatti



Microonde

Preparazione

- 1 Sciacquare il riso basmati e inserirlo nel vaso.
- 2 Unire l'acqua, il curry e un bel pizzico di sale.
- 3 Inserire le verdure e i ceci precotti, salare e cospargere con un filo di olio.
- 4 Chiudere con il coperchio e cuocere per 5 minuti a 600 Watt.
- 5 Prima di servire cospargere con le arachidi e le foglioline di menta spezzettata.

