



РИСОВОЕ СОТЕ

Я так люблю когда вы, дорогие подписчики, "заказываете" рецепты!

Меня сразу охватывает вдохновение и желание готовить!

В этот раз я получила запрос на пополнение вегетарианского раздела!



Понадобится:

- рис "жасмин" - 300 граммов
- кокосовое молоко - 200 миллилитров
- фенхель - 1 клубень
- цуккини - 1 штука
- сладкий перец - 1 штука
- орехи кешью - 100 граммов
- чеснок - 2 зубчика
- молотый имбирь - 1 столовая ложка
- оливковое масло - 5 столовых ложек
- соль и перец по вкусу

Приготовление:

Овощи помой, обсуши и нарежь длинными полосочками. Лук нарежь полукольцами. В сковороде на оливковом масле обжарь лук до золотистого цвета. Добавь к нему овощи и готовь помешивая 5-10 минут. Посоли, поперчи добавь чеснок и готовь еще 2-3 минуты. Переложи в другую посуду.



На сковороде в которой жарились овощи, добавив немного масла обжарь рис пока он не подрумянится (3-4 минуты). Посоли, поперчи, посыпь молотым имбирем и перемешай. Влей горячую воде (примерно 500 миллилитров) и доведи рис до готовности (по необходимости добавляя воду). Это займет примерно 15 минут.



Когда рис будет практически готов, влей в него кокосовое молоко, переложи овощи, измельченные орешки кешью и

аккуратно перемешай.

Подавай горячим, как гарнир или как основное блюдо!

sifood.com.ua - Рисовое соте