MIX TRE RISI CON VERDURE D'INVERNO

Ingredienti Menù

1 confezione Super Mix - RG0

300 g. Rape rosse a fette - VH3

q.b. Olio extravergine di oliva - EK5

Ingredienti

q.b. Sale & Pepe

q.b. Germogli freschi per decorazioni

60 g. Feta

100 g. Ananas

150 g. Porro

150 g. Melograno

150 g. Zucca

150 g. Cavolo broccolo

Chef: Barbara Benvenuti

Procedimento

Per 6 persone.

Cuocere il Mix 3 risi in abbondante acqua salata. Lavare e tagliare in piccoli pezzi la zucca, il cavolo broccolo, il porro e l'ananas e scottarli in forno con un filo d'olio a 180°C per circa 10 minuti fino a farli dorare (si possono saltare anche in padella). Preparare i chicchi di melograno, la feta tagliata a dadini e la rapa rossa a fette sottilissime. Scolare il riso e passarlo con un filo d'olio. Aggiungere le verdure scottate al forno, la feta, il melograno e mescolare delicatamente. Aggiustare di sale e pepe. In un piatto da portata preparare la base con le rape, aggiungere il riso condito e decorare con germogli freschi. Servire tiepido.

Consiglio dello chef:

Per avere un piatto "Vegano" si può sostituire la feta con il tofu naturale.

© Menù srl - Dal 1932 Produttori Specialità Alimentari
Sede legale/Stabilimento: Via Statale 12 n.102 - 41036 Medolla (MO) | Uffici: Via Concordia n.25 - 41032 Cavezzo (MO)