



## Carnaroli Integrale



Riso superfino, dal chicco grosso e di forma allungata, di colore ceruleo.

Più ricco di fibra del Riso raffinato e con un contenuto più elevato di vitamine e minerali, importanti per un'alimentazione sana e corretta.

Ideale per le insalate di Riso.

- Tempo di cottura: 50-55 minuti sulla fiamma, 30-32 minuti in forno
- Confezioni disponibili: In confezione ATM da 1 kg



## Insalata di Riso con Crudit 



Ingredienti per 4 persone:

300 g riso Carnaroli  
6,5 dl brodo vegetale  
8 pomodorini pachino  
100 g zucchine  
150 g funghi champignon  
60 g rucola  
100 g indivia belga  
1 cipolla piccola  
5 chiodi di garofano  
60 g olio extravergine di oliva  
scaglie di grana  
succo di 1 limone  
sale e pepe

Difficolt :

Facile

In una casseruola imbiondite in 20 g di olio extravergine di oliva una cipolla steccata con i chiodi di garofano.

Versate il riso e tostate a fiamma moderata per 2 minuti mescolando delicatamente.

Versate tutto in una volta il brodo bollente, coprite, quindi mettete la casseruola in forno preriscaldato a 200 C e lasciate cuocere per 13 minuti.

Togliete la casseruola dal forno, disponete il riso su un vassoio di acciaio per raffreddarlo.

Tagliate i funghi ed irrorate con il succo di limone. Mettete in una bacinella il riso raffreddato e aggiungete la rucola tagliata, i pomodorini a spicchi, le zucchine a dadini, l'insalata belga e i funghi fatti macerare nel limone. Amalgamate insaporendo con sale, pepe e l'olio extravergine di oliva.

Servite guarnendo il piatto con scaglie di grana.