fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl

Risi e bisi bez cukru - przepis

Groszek trafia do dania dwukrotnie: jego ziarna zostają z ryżem, a ze strąków powstaje wywar. Risi e bisi ma być miękkie i wilgotne, nie sypkie. Starty Grana Padano podaje się tutaj osobno, więc każdy dodaje go już przy stole.

Czas przygotowania: 20 minut

Czas całkowity: 55 minut

Porcje: 4 porcje

Składniki

- 800 g świeżego groszku w strąkach
- 300 g ryżu
- 50 g chudej pancetty bez dodatku cukru
- 40 g startego Grana Padano
- ½ cebuli
- trochę natki pietruszki
- 2 łyżki oliwy
- sól i pieprz do smaku
- dużo wody do ugotowania strąków i uzyskania wywaru

Przygotowanie krok po kroku

1. Wyłuskaj groszek, odkładając ziarna. Umyj strąki i ugotuj w dużej ilości osolonej wody. Przetrzyj przecierakiem do warzyw, uzyskując płynny wywar.
2. Rozgrzej 2 łyżki oliwy. Dodaj drobno posiekaną pancettę i cebulę; podsmażaj 5 minut.
3. Wsyp ryż, dokładnie wymieszaj i podlej gorącym wywarem ze strąków. Gotuj, mieszając, 5 minut.
4. Dodaj ziarna groszku. Gotuj ryż do miękkości, mieszając i dolewając wywar po chochli. Danie powinno pozostać miękkie i wilgotne.
5. Dopraw solą i pieprzem, dodaj posiekaną natkę. Podaj ze startym Grana Padano w osobnym naczyniu.

Źródło przepisu: https://www.cucchiaio.it/ricetta/ricetta-risi-bisi/