

PRIMI PIATTI

# Carote piselli e riso del bangladesh

LUOGO: *Asia / Bangladesh*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *bassa*    PREPARAZIONE: *10 min*    COTTURA: *20 min*    COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*

NOTE: *+ 1 ORA DI AMMOLLO*



## INGREDIENTI

RISO 320 gr

CAROTE 2

PISELLI 100 gr

CUMINO 1 cucchiaino da tè

ALLORO 2 foglie

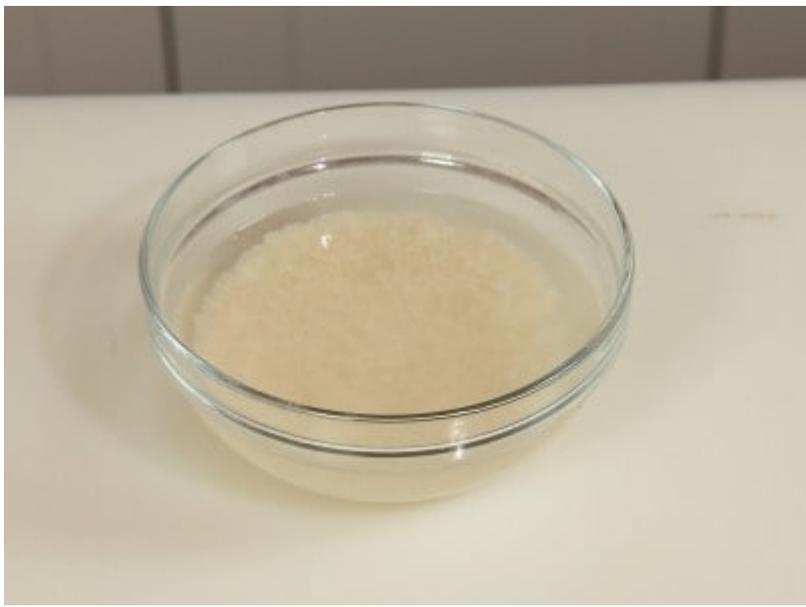
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiaini da tavola

SALE

## PREPARAZIONE

**1** Lavate e mettete il riso in ammollo in acqua per un'ora.



**2** Scolate bene il riso e fatelo riposare.

Nel frattempo, lavate, sbucciate e tagliate a dadini le carote.

Scaldate l'olio in una casseruola, aggiungete le foglie d'alloro, i semi di cumino e cuocete per ½ minuto.



**3** Unite, quindi, le carote ed i piselli e fate cuocere per 3 minuti.



4 Aggiungete, ora, il riso e 600 ml d'acqua.



**5** Regolate di sale, mescolate bene gli ingredienti, incoperchiate e portate gli ingredienti a cottura.