

SECONDI PIATTI

Fagioli rossi caraibici e riso

LUOGO: Nord America / Stati Uniti

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

- 1 cipolla affettata
- 3 spicchi d'aglio

PREPARAZIONE

- 1 Tritare gli ingredienti e farli saltare in una casseruola. Friggerli in un po' di olio d'oliva fino a che le cipolle diventino trasparenti. Quindi aggiungere: $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ cucchiaino di noce moscata e cannella, $\frac{1}{2}$, 1 cucchiaino di chiodi di garofano, sale, pepe nero o di cayenna a piacere.

Scolare e conservare il liquido di 1 scatola di fagioli. Mettere i fagioli nella casseruola, farli saltare un po'. Scolare dei pomodori in scatola e conservarne il liquido (400gr).

Schiacciare i pomodori ed incorporarli ai fagioli facendoli saltare.

Aggiungere 1 tazza di riso e la quantità di liquido corretta, usando il liquido dei fagioli, il

succo dei pomodori e dell'acqua.

Coprire la casseruola, lasciar sobbollire fino a che il riso sia pronto e otterrete così una porzione di riso e fagioli al pomodoro e all'aglio.