

PRIMI PIATTI

Fried rice

LUOGO: [Africa](#) / [Nigeria](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [20 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Se amate la cucina internazionale e avete una passione sfrenata per quella asiatica, la ricetta del fried rice è proprio ciò che fa per voi. Farlo in casa non è assolutamente difficile anzi e seguendo i nostri consigli riuscirete a farlo buono proprio come quello che mangiate al ristorante cinese.

Il riso fritto cinese è molto simile al [riso cantonese](#) che è anche anch'esso un piatto molto gustoso.

Provate questa ricetta e vedrete che bontà e che successo riscuoterete con i vostri cari.

Se amate questo tipo di cucina ecco per voi altre ricette asiatiche:

[pollo alle mandorle](#)

[costine di maiale cinesi glassate](#)

INGREDIENTI

RISO BASMATI 350 gr

CARNE DI MANZO (bistecca disossata) -
200 gr

PEPERONE ROSSO 350 gr

ZUCCHINE 250 gr

CAROTA 150 gr

CIPOLLOTTO 150 gr

OLIO DI SEMI

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Per fare il riso fritto o fried rice, essate del riso bianco per assorbimento, cuocere con circa un dito abbondante di acqua sopra il livello del riso in pentola per 12-14 minuti circa, fino a che l'acqua è stata completamente assorbita, e lasciatelo raffreddare





2 Tagliate a cubetti il peperone dopo averlo pulito dai filamenti e dai semi.







3 Spuntate anche le zucchine e cubettatele.





4 Fate la stessa cosa ora con la carota e il cipollotto.









5

In un wok fate soffriggere la verdura un mestolo di olio

cipolla a fette tenere la parte verde da mettere all'ultimo

il resto a cubetti fuoco vivo

poi dopo pochi minuti sempre a fiamma alta unire la carne a cubetti regolare di sale e pepe

e dopo pochi istanti unire il riso saltare il tutto e lasciare che si abbrustolisca schiacciandolo sui bordi della padella. servire con il gambo verde del cipollotto









