

SECONDI PIATTI

Gallo pinto

LUOGO: *Centro America / Costa Rica*

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



INGREDIENTI

- 1 cipolla spagnola o vidalia media tritata finemente
- ½ pugno di cilantro fresco (coriandolo) affettato
- 2/3 cucchiaini di olio di oliva (non altri tipi)
- 6 tazze di fagioli neri
- 6 tazze di riso cotto
- ½ tazza di salsa
- salsa HP o similari
- sale a piacere
- pepe a piacere

PREPARAZIONE

- 1** In una grossa padella saltare le cipolle ed il coriandolo in olio d'oliva fino a che non siano soffici (non dorati) per circa 2 minuti.
Aggiungere i fagioli e schiacciarli dolcemente per aprirli.

Aggiungere il sale, il pepe, la salsa e il riso e miscelare bene.

Cuocere a fuoco basso, mescolando occasionalmente per 5/10 minuti.

Servire con fette di avocado.