

SECONDI PIATTI

Petto di tacchino con mostarda e dragoncello

LUOGO: Europa / Albania

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

800 g di petto di tacchino
1 pugno di dragoncello o 1 cucchiaino di quello essiccato
3 cucchiaini di grani di mostarda
2/3 tazza di latte scremato
sale e pepe
2 tazze di riso basmati
4 ½ tazze di acqua

PREPARAZIONE

- 1 Tagliate il petto di tacchino a striscioline e saltatele in una casseruola con 2 cucchiaini d'olio, cospargete di sale e pepe e aggiungete un pochino d'acqua. Lasciate bollire fino a che il tacchino diventi tenero, il tempo dipende da quanto spesse sono le striscioline di carne, più sono sottili prima cuoceranno. Non appena il tacchino diventa tenero aggiungete i grani di mostarda, il dragoncello e il latte e bollite a fuoco basso fino a che la

salsa si addensi.

In un'altra piccola casseruola portate dell'acqua ad ebollizioni e versateci il riso con un po' di sale. Bollite per 15 minuti e rimuovete dal fuoco, quindi coprite la casseruola con un fazzoletto e lasciate riposare per 10 minuti. Mettete quantità uguali di tacchino in 4 piatti e guarnite con il riso.