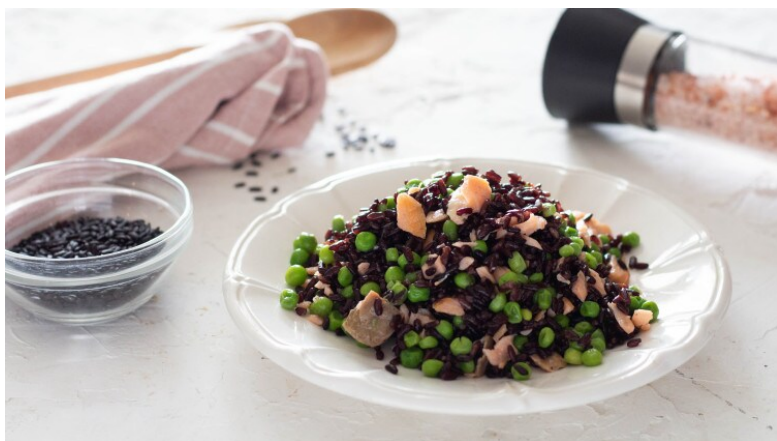


PRIMI PIATTI

Riso venere con salmone e piselli

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [20 min](#) COSTO: [medio](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Il **riso venere con salmone e piselli** è un [primo piatto raffinato e nutriente](#), ideale per chi cerca **una ricetta semplice e ricca di sapore**. Il riso venere, noto per il suo colore nero e il suo **profumo intenso**, si sposa perfettamente con il **salmone affumicato** e i **piselli freschi**, creando un **equilibrio di sapori che conquista immediatamente anche le persone più esigenti**.

La ricetta del **riso venere con salmone e piselli** è **perfetta per una cena leggera** o un pranzo salutare, ed è facile da preparare anche per chi ha poco tempo a disposizione. Scopri come realizzare questo piatto delizioso con pochi semplici passaggi, la

nostra ricetta è facile e veloce, provala subito!

INGREDIENTI PER IL RISO VENERE CON SALMONE E PISELLI

RISO NERO VENERE 250 gr

PISELLI fini o finissimi - 200 gr

SALMONE AFFUMICATO 150 gr

SCORZA DI LIMONE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

COME SI FA IL RISO VENERE CON SALMONE E PISELLI

1 Prepara una pentola con abbondante acqua, appena arriva a bollore, versa il sale necessario e il riso venere, cuocilo per 18-20 minuti circa, o seguendo i tempi indicati nella confezione.

Una volta cotto, scola il riso e lavalo sotto l'acqua corrente, trasferiscilo in una pirofila e condiscilo con un filo di olio extravergine d'oliva.





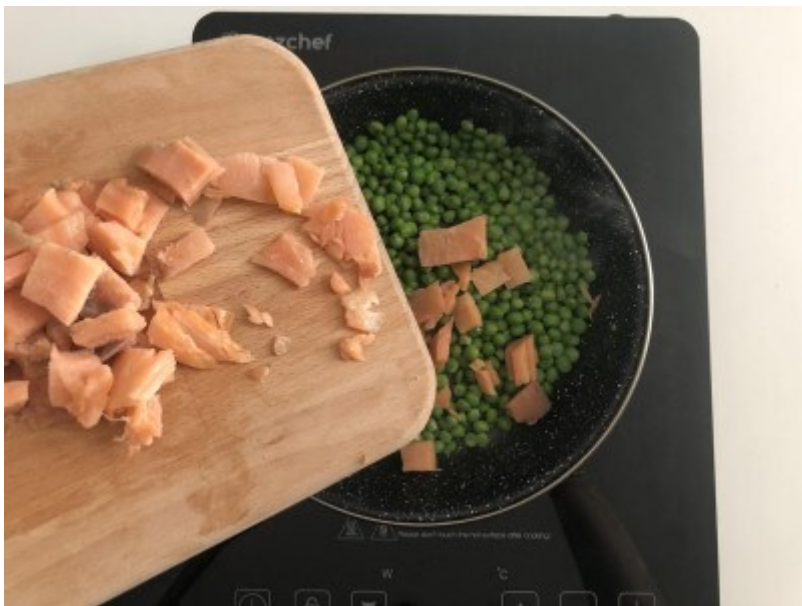
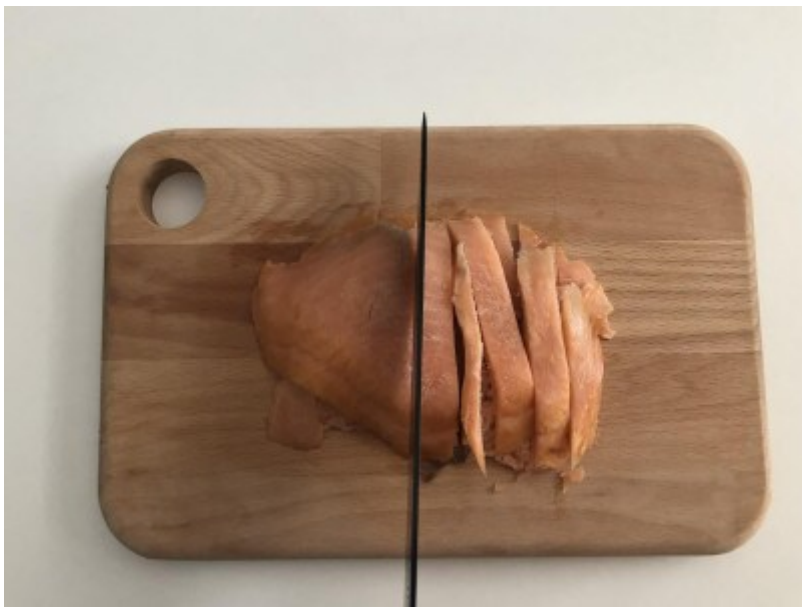
2 Versa un filo d'olio extravergine in una padella antiaderente, accendi la fiamma e versa i

piselli, aggiusta du sale e cuocili per una decina di minuti a fiamma dolce



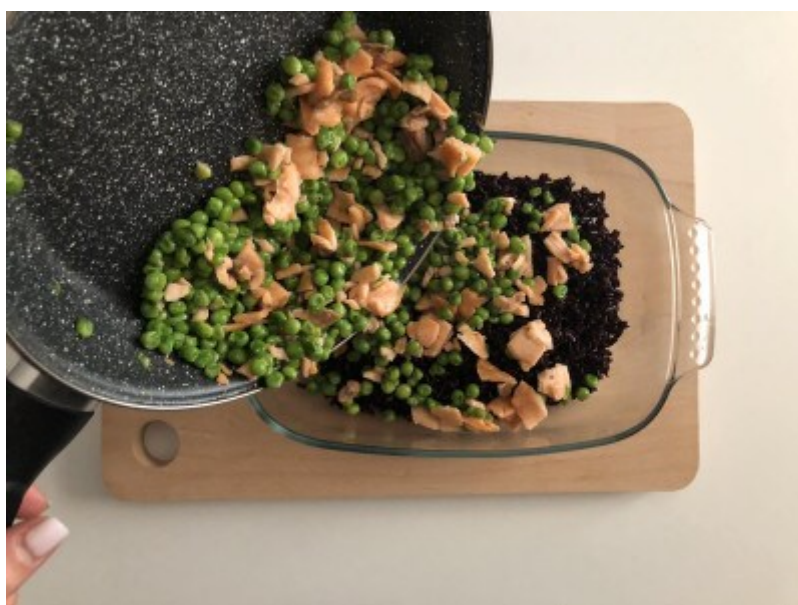


- 3 Mentre cuociono i piselli, taglia il salmone a pezzetti, poi aggiungi anche quello e prosegui la cottura per pochi istanti tenendolo mescolato.





- 4 Trasferisci il riso in una pirofila, aggiungi un filo d'olio a crudo e un po' di scorza di limone, infine mescola il tutto.





CONE SI CONSERVA IL RISO VENERE CON SALMONE E PISELLI

Dopo aver preparato il piatto, lascia che si raffreddi a temperatura ambiente per circa 30 minuti.

Evita di lasciarlo fuori dal frigorifero per troppo tempo per prevenire la crescita di batteri.

Trasferisci il riso venere con salmone e piselli in un contenitore ermetico. Assicurati che il contenitore sia ben chiuso per evitare che il cibo assorba odori da altri alimenti presenti nel frigorifero.

Conserva il contenitore nel frigorifero. Il riso venere con salmone e piselli può essere conservato in frigorifero per un massimo di 2-3 giorni.

IDEE PER VARIANTI DEL RISO VENERE CON SALMONE E PISELLI

Riso Venere con Salmone e Avocado. *Aggiungi cubetti di avocado maturo al riso venere, insieme al salmone affumicato e ai piselli. L'avocado aggiunge una cremosità naturale e un sapore delicato che si sposa perfettamente con il salmone.*

Riso Venere con Salmone e Zucchine. *Sostituisci i piselli con zucchine tagliate a cubetti e saltate in padella. Le zucchine aggiungono una nota croccante e fresca al piatto, rendendolo ancora più gustoso e nutriente.*

Riso Venere con Salmone e Pesto di Basilico. *Aggiungi un cucchiaino di pesto di basilico al riso venere per un tocco di sapore italiano. Il pesto si combina molto bene con il salmone affumicato e i piselli, creando un piatto aromatico e ricco di gusto.*

Riso Venere con Salmone e Asparagi. *Sostituisci i piselli con asparagi freschi, tagliati a pezzi e cotti al vapore o saltati in padella. Gli asparagi aggiungono una nota primaverile al piatto, perfetta per una cena leggera e sana.*

Riso Venere con Salmone e Mango. *Aggiungi cubetti di mango fresco per una versione esotica e leggermente dolce. Il mango con il salmone affumicato e i piselli, crea un piatto fresco e sorprendente.*

SE TI È PIACIUTO IL RISO VENERE CON SALMONE E PISELLI, PROVA

[Riso venere con salmone e zucchine](#)

[Poke ai gamberi con riso venere](#) ANCHE QUESTE RICETTE:

[Insalata di riso](#)

[Insalata di riso vegana](#)

[Poke bowl](#)