

PRIMI PIATTI

Riso con carne e verdure

di: *Cookaround*

LUOGO: *Africa / Tunisia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *media* PREPARAZIONE: *5 min* COTTURA: *60 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *difficile*



INGREDIENTI

RISO 300 gr
POLPA DI AGNELLO 250 gr
SPINACI lessati - 200 gr
CONCENTRATO DI POMODORO 2
cucchiaini da tavola
CAROTE 2
CIPOLLE ½
SPICCHIO DI AGLIO 2
TEBEL 1 cucchiaino da tè
PEPERONCINO IN POLVERE 1 cucchiaino
da tè
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PREPARAZIONE

- 1 Riunite, in una ciotola capiente, il riso, la polpa d'agnello tagliata a cubetti, la cipolla e gli spicchi d'aglio tritati.



- 2 Aggiungete alla ciotola anche le carote tagliate a cubetti e gli spinaci prelessati tritati grossolanamente.



3 Unite, infine, il concentrato di pomodoro, il peperoncino ed il tebel.





4 Irrorate il tutto con abbondante olio extravergine d'oliva.



- 5 Nel frattempo, portate ad ebollizione dell'acqua nella pentola inferiore di una couscoussiera e, quando questa inizierà a sprigionare vapore, posizionatevi sopra la pentola superiore con il composto di riso e agnello appena realizzato.



- 6 Fate cuocere a fuoco medio per circa 1 ora controllando il grado di cottura del riso e dell'agnello.