

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.