

Rizoto s tofu a kuriatkami

Počet porcií: 2

Čas prípravy: 30 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Cesnak (2 strúčiky) a šalotku opražíme na olivovom oleji, pridáme očistené kuriatka a tofu nakrájané na kocky. Všetko spolu opečieme. Pridáme ryžu, víno a opäť necháme všetko spolu na pár minút opieť. Za miešania počkáme, kým sa tekutina odparí. Po naberačkách začneme pridávať zeleninový vývar. Varíme na miernom plameni. Pomaly miešame a keď sa vývar odparí, prilejeme ďalšiu naberačku. Takto pokračujeme, až kým nie je ryža mäkká (približne 20-30 min). Rizoto po uvarení necháme pár minút odstáť. Hotové rizoto posypeme čerstvými lístkami tymianu.

Ingrediencie

- **Cibuľa voľná** - 50 g
- **Cesnak** - 5 g
- **Olivový olej** - 50 g
- **Pitná voda nesýtená** - 1000 g
- **Mleté čierne korenie** - 1 g
- **Tymián** - 3 g
- **Huby čerstvé** - 200 g
- **Chardonnay neskorý zber víno polosuché biele** - 100 g
- **Jedlá soľ** - 3 g
- **Zeleninový bujón 120 g** - 10 g
- **Ryža arborio 500 g** - 200 g
- **LUNTER Tofu na panvicu Marinované 180 g** - 180 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

