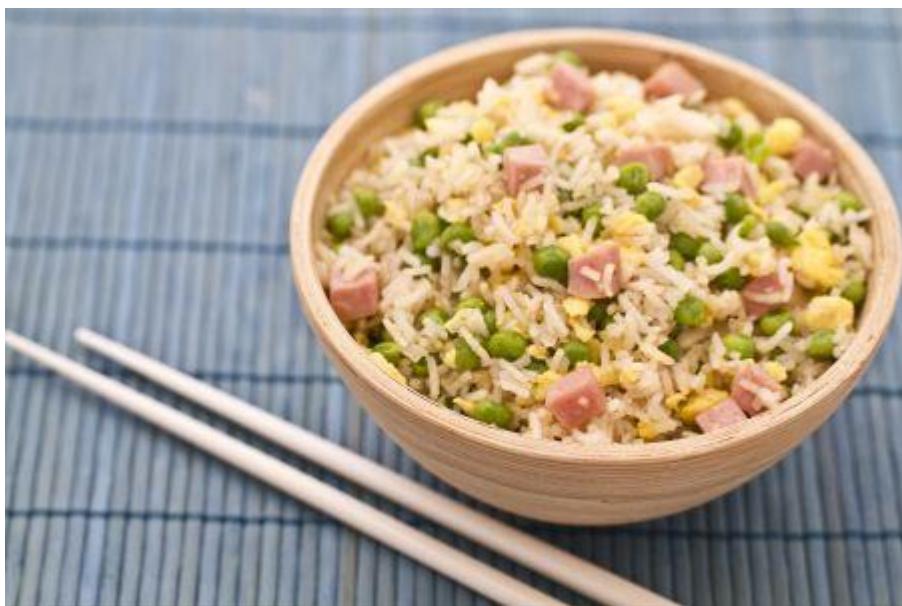


Riso alla cantonese

- Difficoltà: **media**
- Preparazione: **10 min**
- Cottura: **30 min**
- Dosi per: **4 persone**
- Costo: **medio**

Presentazione



Il riso alla cantonese, è una pietanza di origine cinese, molto gradita e popolare anche in Italia, sia perché molto vicina ai gusti europei e sia perché presente nei menu dei numerosi ristoranti cinesi sul nostro territorio.

Il riso alla cantonese viene spesso abbinato a piatti con intingoli o come sostituto del pane, assente nella cucina cinese.

Il riso alla cantonese si prepara adoperando del riso a grana lunga (tipo basmati) lessato e saltato insieme ad ingredienti come piselli, prosciutto, cipolla, uova strapazzate e salsa di soia.

Ingredienti

- Riso a grana lunga (tipo basmati) 250 gr
- Prosciutto cotto a dadini 125 gr
- Cipolle 1 media
- Uova 3
- Sale q.b.
- Salsa di soia 1 cucchiaio
- Piselli 250 g
- Olio di semi di arachide 6 cucchiai

Preparazione



Per preparare il riso alla cantonese iniziate sciacquando il riso basmati in una bacinella, sotto l'acqua fredda corrente (1), scolate lo bene, poi cuocetelo in abbondante acqua salata per circa 10 minuti (2). Nel frattempo cuocete i piselli al vapore (o scottateli in acqua bollente) (3),



e spegnete il fuoco quando saranno ancora al dente e di un bel verde brillante (4). Tritate la cipolla molto finemente (potete servirvi del mixer), poi sbattete le uova in una ciotola con un pizzico di sale (5) e aggiungete metà cipolla tritata (6).



Strapazzate le uova in un wok con due cucchiai di olio di semi, facendole cuocere molto bene. Una volta pronte trasferitele in un piatto e spezzettatele finemente con una forchetta (7). Ponete in una pentola due cucchiai di olio e fatevi saltare il prosciutto a cubetti e i piselli con un pizzico di sale per 2 minuti (8). Quando il riso sarà al dente, scolate lo e mettelo da parte (9).



Infine mettete ad appassire l'altra metà della cipolla assieme a due cucchiai d'olio, poi aggiungete il riso e la salsa di soia (10). Dopo qualche minuto aggiungete al riso i piselli e le uova (11); fateli saltare a fiamma bassa per 2 minuti tutti assieme (12). Amalgamate per bene tutti gli ingredienti e servite immediatamente il riso alla cantonese.