

INSALATA DI RISO CON FAVETTE VERDI E FRUTTI DI MARE



INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Arborio gr: 240
Scampi n. 4
Gamberi gr: 200
Calamaretti gr: 200
Seppioline gr: 150
Favette verdi gr: 120
Prezzemolo gr: 15
Aglio n. 2 spicchi
Alloro n. 2 foglie
Rosmarino n. 1 rametto
Timo n. 1 rametto
Succo di limone n. 1
Aceto di vino bianco q.b.
Olio extravergine d'oliva q.b.
Sale e pepe q.b.

PROCEDIMENTO

Fate bollire il riso in acqua salata per 16 minuti, colatelo e fatelo raffreddare. Sgusciate i gamberi e sbollentateli per 3 minuti in acqua salata ed acidulata e gli spicchi d'aglio; fateli raffreddare. In una padella antiaderente fate imbiondire l'aglio schiacciato lasciandolo in camicia, unite i calamaretti e le seppioline, fate rosolare con le erbe lasciate intere, salate e pepate. Durante la cottura aggiungete gli scampi sgusciati e lasciate da parte. Nel frattempo, fate lessare le favette verdi, scolatele e privatele della pellicina. Condite il riso con tutti gli ingredienti ancora tiepidi, spolverate con prezzemolo tritato e irrorate con l'olio e il succo di limone.

DIFFICOLTÀ 

riso
facile

