

INSALATA DI RISO CON VERDURE E PESTO LIGURE



INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Riso Arborio gr: 200
Pomodoro gr: 150
Zucchine gr: 120
Melanzane gr: 100
Cipollotti gr: 100
Carota gr: 80
Fave sgusciate gr: 80

Per il pesto

Basilico gr: 100
Pinoli gr: 15
Grana Padano grattugiato gr: 20
Aglio n. 1 spicchio
Olio extravergine d'oliva q.b.
Sale e pepe q.b.

PROCEDIMENTO

Preparate le zucchine, le carote, le fave, le melanzane e i cipollotti tagliati a quadretti e cuoceteli in una padella separatamente con olio extravergine d'oliva, sale e pepe; sbollentate le fave e i pomodori, privati della pelle e dei semi e tagliati a quadretti.

Cuocete il riso in acqua salata per 15 minuti circa, raffreddatelo e unitevi tutte le verdure.

Per il pesto

Unite tutti gli ingredienti e frullateli con l'olio fino ad ottenere una salsa liscia ed omogenea.

Condite l'insalata di riso con la salsa ottenuta e servite.

DIFFICOLTÀ ◆◆◆◆

