

Riso integrale funghi e cipollotto

Un normalissimo e semplicissimo riso integrale condito con funghi champignon bio e cipollotto. Il riso integrale che uso io è un riso lungo ribe biologico, italiano, e lo cuocio sempre nel solito modo qualunque cosa voglia fare, cioè in pentola di ghisa facendogli assorbire tutta l'acqua di cottura, senza sale. Poi quando è cotto aggiungo il condimento, a volte solo olio d'oliva e tamari, altre volte verdure cotte in padella come in questo caso, spesso legumi. Ho una vera fissa per il riso integrale, non so se s'è capito. Nel blog l'ho messo poche volte, solo quelle volte che l'ho fatto un po' più strano del solito.

Quando il riso era quasi cotto ho scaldato in padella l'olio d'oliva con il cipollotto tagliato fine, lasciato appassire leggermente e aggiunto i funghi a fettine (champignon bianchi bio), salato, cotto a fuoco vivace 10 minuti, aggiunto il riso, mantecato leggermente con lo stesso parmigiano vegano degli gnocchi, cioè mandorle/pinoli/germe di grano/semi di girasole/sale. Non c'ho pensato a mettere dello zafferano alla fine ma ci sarebbe stato bene, sia per il colore che per il sapore. Anche del prezzemolo ci sarebbe stato bene, o della menta tritata.

