

## Riso integrale gamberi speziati

E' quasi uguale a quello al te verde.

Ho pulito i gamberi, le teste le ho fatte bollire un'oretta con zenzero, scalogno, sale integrale.

Ho filtrato e usato per cuocere il riso integrale, la quantità deve essere calcolata in modo che quando il riso è cotto l'ha assorbita tutta.

Le code invece le ho cotte al vapore con semi di finocchio.

Poi le ho saltate un minuto in padella con olio d'oliva, salsa di soia, e un mix di spezie buonissimo che avevo fatto tempo fa e poi dimenticato in un vasettino, perfetto coi gamberi, sarebbe questo:

1 cc di semi di cumino

1 cc di semi di coriandolo

1/2 cc di pepe nero in grani

1 cc di polvere d'arancia

1 cc di zenzero in polvere

1/2 cc di paprika dolce

1/2 cc di cardamomo in polvere

1 cc di curcuma

1 cc di cannella in polvere

1 cc di sale

Tostare i semi di cumino, di coriandolo e il pepe in una padella antiaderente. Far raffreddare e macinarli con il macinino. Mischiarli con le altre spezie.

