



Ingredienti

1 melanzana
1 finocchio
200 g di riso basmati
olio d'oliva
sale
1/2 cipolla

Preparazione

In una padella antiaderente facciamo scaldare dell'olio d'oliva e poi aggiungiamo la cipolla tagliata a fettine sottili e facciamo rosolare. Aggiungiamo poco dopo il finocchio lavato, tagliato a dadini piccoli circa 3 mm e spadelliamo. Appena l'olio sarà assorbito aggiungiamo 1 bicchiere d'acqua e poi la melanzana sbucciata e tagliata a dadini di circa 5 mm, aggiungiamo un pizzico di sale e copriamo abbassando la fiamma. Controlliamo di tanto in tanto e ogni volta che l'acqua si asciuga aggiungere mezzo bicchiere per volta, mescolare e coprire.

Intanto mettiamo a bollire l'acqua per il riso, e appena bolle, aggiungiamo il sale e il riso. Abbassiamo il fuoco e copriamo.

Dopo qualche minuto (5-8 minuti) scoliamo il riso e riponiamolo nel tegamino di cottura mescolando bene con dell'olio d'oliva e copriamo (il riso continuerà così a cuocersi). Lasciare coperto per circa 5 minuti e poi porre in una ciotola di ceramica o di vetro con ancora un filo

Basmati con melanzane e finocchio

Lunedì 17 Ottobre 2011 00:42 -

d'olio d'oliva.

Intanto le nostre verdure saranno già cotte, spegnamo quindi il fuoco e poniamole in un'altra ciotola (sempre di vetro o ceramica).

Una volta a tavola ognuno potrà scegliere quanto condimento affiancare al profumatissimo basmati.

Buon appetito.