

## *Pezzetti di pollo con verdure e riso basmati* (Secondi a base di carne)



### *Preparazione*

Fate cuocere il riso basmati come se fosse riso per il sushi, solo con un pizzico di sale nell'acqua. Quindi: coprite il riso con 1 dito d'acqua, e fate cuocere per 13 minuti a fuoco basso con coperchio chiuso, e poi lasciate per altri 10 minuti a fuoco spento, sempre senza mai aprire il coperchio.

Tagliate la verdura e il pollo a dadolata grossa della stessa dimensione.

Mettete a marinare il pollo con l'aglio tritato finemente, e le spezie.

Fate saltare le verdure su olio molto caldo e condite con le spezie e sale e poi togliete dal fuoco.

Fate saltare il pollo nella stessa padella e successivamente aggiungete le verdure.

Servite sul piatto i pezzetti di pollo con verdure e riso basmati.

### *Consigli*

State molto attenti ai tempi ed alle modalità di cottura del vostro riso basmati, giacché quest'ultimo è molto più tenero e delicato rispetto a quello comune: dopo averlo cotto in acqua, facendogliela assorbire, dovrete poi passarlo al vapore.

### *Curiosità*

Il nome del riso basmati deriva dalla lingua Hindi e, il significato originario di questo termine, è "regina di fragranza", un nome più che azzeccato.

### *Informazioni*

**Preparazione** 30 minuti

**Cottura** 23 minuti

**Dosi per** 4 persone

**Difficoltà** Facile

la terra di **Puglia**



### **ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP**

Autentici prodotti di Puglia solo su  
[shop.laterradipuglia.it](http://shop.laterradipuglia.it)

**Sconto del 10%**

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

### *Ingredienti*

**Petto di pollo** 400 grammi

**Zucchine** (1 zucchina)

**Carote** (1 carota)

**Peperoni gialli** (mezzo peperone giallo)

**Cipolle** (mezza cipolla)

**Aglio** 1 spicchio

**Cannella** (2 cucchiaini di cannella)

**Curry** (2 cucchiaini di curry)

**Riso basmati** (8 pugni di riso basmati)