OLIO CUORE

Riso alla cantonese



Il **riso alla cantonese** è un **piatto tipico della cucina cinese** molto apprezzato anche in Italia. Una delle ragioni del suo successo è data dal suo aspetto invitante e dal **sapore inconfondibile**. Il **gusto tutto orientale** di questo **primo** è dato dall'uso di **ingredienti stuzzicanti**, come i piselli, i cipollotti saltati in padella con **Olio Cuore** e **salsa di soia**. È **una pietanza che** si presta a svariate occasioni di consumo: dall'aperitivo fino ad essere un vero e proprio primo, in tutte le stagioni.

Ingredienti

- 300 g di riso basmati
- 4 uova
- 80 g di prosciutto cotto a dadini
- 200 g di pisellini fini surgelati
- 2 cipollotti bianchi
- 80 g di Olio di Mais Cuore
- 2 cucchiai di salsa di soia

- **Portata: Primi**
- **Tempo: 35''**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 2382 Kcal**
- **Grassi: 108.5 g**

Preparazione

- Cuocere il riso basmati come indicato sulla confezione riducendo leggermente il tempo di cottura. Il chicco dovrà essere molto al dente, in quanto continuerà a cuocersi raffreddando. Allargarlo in una terrina e lasciarlo raffreddare mescolando ogni tanto.



- Preparare il condimento: sbattere leggermente le uova con un pizzico di sale. Versarle in una padella calda con 2-3 cucchiai di Olio di Mais Cuore e cuocerle per 1 minuto mescolando continuamente. Dovranno risultare morbide e chiare. Toglierle dalla padella.



- Tagliare il cipollotto a fettine sottili, farlo appassire con l’Olio di Mais Cuore in una padella tipo wok o una padella capiente. Unire i piselli, cuocere a fuoco medio finché risulteranno teneri e versare tutto in una ciotola.



- Mettere nel wok il riso freddo e aggiungere le uova, saltare a fiamma media alcuni minuti.



- Aggiungere i piselli, il prosciutto e la salsa di soia. Mescolare qualche secondo per distribuire i sapori e servire.



La ricetta è stata preparata con:



Olio di Mais