



Rižoto od mlade pšenice s ciklom i đumbirom

🕒 25—30 Min   

Priprema

- 1 Ogulite i tanko narežite luk. Narežite ciklu na kockice.
- 2 Zagrijte sezamovo ulje u tavi i popržite luk. Dodajte mladu pšenicu i lagano popržite. Dodajte ciklu i cimet, deglazirajte tavu octom i ulijte povrtni temeljac.
- 3 Umiješajte sok od naranče i mljeveni đumbir te kuhajte 15 minuta na laganoj vatri.
- 4 Izvadite koru cimeta. Čim se mlada pšenica smekša ulijte kokosovo mlijeko.
- 5 Dobro promiješajte i začinite morskom solju i paprom po ukusu. Razdijelite na tanjure, po vrhu dodajte malo hrena i uživajte.

Sastojci 2 Porcije

♦ = Kotányi Produkte

2	Luka
3 jušne žlice	Sezamova ulja
200 g	Mlade pšenice
200 g	Cikle
150 ml	Kokosovog mlijeka
1 jušna žlica	Octa od brusnica
500 ml	Povrtnog temeljca, bistrog
4 jušne žlice	Soka naranče
1 kom.	Hrena, ribanog
1 kom.	♦ Cimet u kori
1 čajna žličica	♦ Đumbir mljeveni
1 prstohvat	♦ Morska sol gruba
1 prstohvat	♦ Papar crni zrno

