

Salată de orez cu mango, ananas și coriandru proaspăt

40–50 Min.

Ingrediente 4 Porții

= Kotányi Produkte

300 g	Orez cu bobul lung
400 ml	Apă
200 ml	Lapte de cocos
4 lingură	Ulei de susan
2 bucată	Morcovi
2 bucată	Ceapă verde
1 bucată	Mango
1 bucată	Ananas
2 lingură	Frunze de coriandru, tocat
2 lingură	Pătrunjel proaspăt, tocat
15 g	Archive: Veggy Exotic amestec de asezonare

Pentru dressing

80 ml	Suc de portocală
4 lingură	Ulei de susan
2 lingură	Sirop de agave
2 lingură	Sos de soia
5 g	Archive: Veggy Exotic amestec de asezonare

Pregătire

1. Adaugă apă, lapte de cocos, amestecul Veggy Exotic și ulei de susan într-o tigaie și gătește-le până când orezul se înmoaie. Lasă-le la răcit.
2. Curăță morcovii și dă-i prin răzătoarea mare, taie ceapa roșie în cuburi mici și amestecă-le pe ambele cu orezul. Taie ananasul și fructul de mango în cubulețe și încorporează-le. Adaugă frunzele de coriandru și pătrunjelul.
3. Prepară un dressing cu ingredientele indicate și toarnă-l pe salata de orez. Asezonează preparatul cu sare după gust și savurează.