
Riso alla cantonese

Autore: Cristina Orlandi

Fonte: Città Nuova

Nella cucina orientale il riso si può considerare tanto comune quanto lo è per noi il pane. Infatti accompagna molte delle pietanze del Sol Levante. Il riso alla cantonese, una delle tante versioni proposte dalla cucina cinese è sicuramente la ricetta più nota in Occidente.

Se decidete di dedicare una serata alla conoscenza dell'arte culinaria cinese, provate a preparare ad esempio del pollo alle mandorle e degli involtini primavera e accompagnate questi piatti con il riso alla cantonese. Altrimenti, se non volete stravolgere più di tanto le vostre abitudini alimentari, servite il riso alla cantonese come primo piatto. Si può mangiare sia caldo, sia freddo, pertanto è ideale per le cene estive.

Ingredienti per 4 persone

300 grammi di riso basmati, 250 grammi di prosciutto cotto in un'unica fetta, 250grammi di piselli, 3 carote, 2 uova, 1 cipolla, 3 cucchiari di salsa di soia, erba cipollina, q.b. di sale e pepe.

Preparazione

Mettere il riso, precedentemente risciacquato, in una pentola con il fondo spesso e coprire di acqua fredda (una volta e mezza il volume del riso). Accendere la fiamma e portare a bollore.

Quando avrà raggiunto l'ebollizione, regolare di sale, coprire con un coperchio e abbassare la fiamma. Cuocere per 10-12 minuti, controllando la cottura.

Nel wok far saltare in olio la cipolla tagliata finemente ed aggiungere i piselli (precedentemente lessati) e le carote lessate, regolare di pepe e di sale, non molto se poi utilizzate molta salsa di soia.

Considerate infatti che in oriente la salsa di soia si adopera in alternativa al sale.

Infine versare nel wok il riso lessato, l'erba cipollina, il prosciutto cotto tagliato a dadini e le frittatine tagliate a julienne e mescolare bene. Terminare con l'aggiunta di salsa di soia.