

Riso integrale al latte di cocco e curcuma



Ingredienti (per 1 porzione)

80 g di riso integrale Despar Vital

50 g di bevanda di cocco

120 g di acqua

mezzo cucchiaino di curcuma

2 cucchiaini di sesamo a scelta tra bianco e nero

1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva Bio, Logico Despar

1 pizzico di sale

Procedimento

1. Scaldo l'olio in un pentolino dal fondo spesso insieme alla curcuma. Aggiungo il riso e lo lascio tostare per 30 secondi, mescolando con un cucchiaio di legno.
2. Aggiungo il latte di cocco mescolato con l'acqua, salo al bollore, abbasso la fiamma e lascio cuocere con il coperchio per circa 30 minuti, o per il tempo indicato sulla confezione.
3. Quando il riso avrà assorbito tutta il liquido, controllo la cottura e aggiungo altra acqua per completarla solo se necessario.
4. Tosto i semi di sesamo per pochi minuti in un tegame d'acciaio, mescolando spesso. Verso il riso in un piatto da portata, aggiungo il sesamo tostato e servo in tavola.