

Pizza di riso con asparagi, piselli e feta

La pizza di riso con asparagi, piselli e feta è una ricetta primaverile molto semplice. Scopri la ricetta con il riso originario.



La **ricetta** che ti proponiamo oggi è una **"finta pizza" a base di riso, perfetta** da preparare per il **pranzo** di ogni giorno.

Abbiamo **farcito** la pizza di riso con **asparagi, piselli e feta**, ma puoi farcirla anche con **altri ingredienti**: provola con **passata di pomodoro, basilico e formaggio fresco**, oppure con **verdure grigliate e prosciutto crudo**. Se preferisci, puoi decidere di **frullare** una parte degli **asparagi** e dei **piselli**.

Difficoltà: bassa

Costo: basso

Tempo di preparazione: 30 min.

Ingredienti per 4 persone

Per l'impasto:

200 g di riso

2 cucchiaini di Parmigiano Reggiano grattugiato Despar Premium

2 cucchiaini di olio extra vergine di oliva 100% italiano Despar Premium

1 uovo Passo dopo passo Despar

Sale q.b.

Pepe q.b.

Per farcire:

200 g di asparagi

80 g di piselli freschi sgranati o piselli freschi surgelati

100 g di feta greca Despar

2 cucchiaini di olio extra vergine di oliva 100% italiano Despar Premium

Menta fresca q.b.

Sale q.b.

Pepe q.b.

Procedimento

1. Cuoci il riso in abbondante acqua bollente salata circa 10 minuti, scolalo al dente e trasferiscilo in una ciotola; regola di sale e pepe, aggiungi l'olio e il parmigiano e lascia intiepidire qualche minuto.

2. Aggiungi al riso l'uovo leggermente sbattuto, mescola e amalgama gli ingredienti.

3. Prepara il condimento: elimina la parte più dura degli asparagi, tagliali in pezzi omogenei e cuocili al vapore circa 5 minuti; sbollenta i piselli in acqua bollente salata circa 5 minuti.

4. Stendi il composto di riso in una teglia rotonda (22 - 24 cm di diametro) rivestita di carta forno e livella bene la superficie con un cucchiaio.
5. Aggiungi sulla pizza di riso gli asparagi e i piselli, aggiungi l'olio, sale e pepe a piacere, infine completa con la feta sbriciolata.
6. Cuoci la pizza di riso nel forno preriscaldato a 170° circa 15 - 20 minuti, o finché la feta è ben dorata.
7. Servila calda o tiepida e decora con la menta a piacere.