

RIZ CASIMIR CON POLLO, ANANAS E MELA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 250 g** di riso a grani lunghi
- 1** cucchiaio di burro
- 1** cipolla piccola, tritata
- 1** cucchiaino di zenzero tritato, facoltativo
- 1** Pink Lady, tagliata a fette
- 1** cucchiaio di farina
- 1** cucchiaio di curry in polvere
- 200 ml** di brodo vegetale
- 100 ml** di latte (io uso latte d'avena)
 - 1** lattina da 140 g di pezzi di ananas nel succo di ananas
- ½** cucchiaio di olio
- 400 g** di petto di pollo, tagliato a cubetti di 1 cm
- 2** banane, tagliate a metà nel senso della lunghezza

Aline Cueni



PER FORTUNA

C'È



PREPARAZIONE, CIRCA 30 MIN.

1. Cuocere il riso seguendo le istruzioni riportate sulla confezione.
2. Scaldare il burro in una pentola capiente. Rosolare la cipolla e lo zenzero per 3 minuti. Aggiungere gli spicchi di mela e continuare a rosolare per altri 2 minuti. Aggiungere la farina e il curry in polvere, rosolare per un minuto mescolando continuamente.
3. Sfumare con il brodo vegetale e il latte. Portare a ebollizione, abbassare la fiamma e lasciare sobbollire per 5 minuti. Incorporare l'ananas con il suo succo. Insaporire con un pizzico di sale e pepe. Tenere in caldo.
4. Scaldare una padella con $\frac{1}{2}$ cucchiaio di olio, aggiungere il petto di pollo e rosolarlo a fuoco vivo per 1 minuto senza girarlo. Quindi rosolare a fuoco molto vivo per altri 30 secondi, girando spesso. Aggiungere il petto di pollo alla salsa Casimir e lasciarlo insaporire per 5 minuti.
5. Rosolare le banane nella stessa padella con un filo d'olio su entrambi i lati per 2-3 minuti ciascuna, fino a dorarle.
6. Servire il Riz Casimir con le banane rosolate e il riso!