

Ryžový pilaf s hubami

Ingrediencie

- 10 g MAGGI Hubový bujón v kocke 3 l
- 500 g šampiňóny
- 200 g Ryža, biela, lepkavá, neotvorená, nevarená
- 70 g cibuľa
- 27 g olivový olej

Postup

1. Cibuľu olúpeme, nakrájame nadrobno a orestujeme na oleji.
2. Huby očistíme a opláchneme pod tečúcou vodou, nakrájame na kúsky a orestujeme.
3. Potom pridáme odváženú ryžu a za stáleho miešania chvíľu opekáme.
4. Hubový bujón MAGGI rozpustíme v 400 ml vriacej vody.
5. Potom pridáme vývar v pomere 2:1 k ryži. Dusíme, kým ryža čiastočne nevsiakne vodu.
6. Celé to zakryte pokrievkou alebo alobalom a vložte do rúry vyhriatej na 180 °C a každých pár okamihov premiešajte vidličkou, kým nie je ryža mäkká.
7. Môžete podávať so šalátom alebo ako prílohu k pečenému mäsu.

⌚ 54

⊕ 4

sacharidy	47.02 g
energie	286.37 kcal
tuky	7.94 g
proteín	7.7 g