



# ŠPENÁTOVÉ RIZOTO S KURACÍM MĀSOM A ŠAMPIŇÓNMÍ OD HUGA





Rizoto pochádza z Talianska (risotto) a vraj pokiaľ nie je uvarené ich spôsobom nemôže sa nazývať rizotom. Od pradávna sa u nás varila ryža zmiešaná s rôznymi surovinami a vždy sme to nazývali rizoto. Pripravte si tento recept pekne na slovenský spôsob, je fantastický a talianom o tom nemusíme vôbec hovoriť. Rozdiel medzi našim a talianskym rizotom je totiž v tom, že to talianske



sa varí vo vývare a počas celého varenia sa mieša. To naše poznáte, zvlášť si pripravíme ryžu, zvlášť omáčku a zamiešame.

Podme na to!

Príprava ryže: (6 porcií)

( ryžu môžete pripraviť tak ako ste zvyknutí, ja ju robím takto:)

1 hrnček guľatej ryže (hrnček 3 dcl)

1, 5 hrnčeka vody

1 strúčik cesnaku

trochu oleja

Postup:

Ryžu kvalitne premyte vodou.

Do hrnca dajte 2 polievkové lyžice oleja a nakrájaný strúčik cesnaku. Trochu opražte. Pozor! Iba trochu! Aby vám cesnak nezhnadol!

Pridajte ryžu a 1 malú čajovú lyžičku vegety. Trochu opražte, zalejte vodou, zakryte pokrievkou a duste na najnižšom možnom ohni.

Ryžu nemiešajte. Potrebuje na prípravu cca 15-20 minút. Veľmi to záleží na druhu ryže. Ak sa vám všetka voda vyparí a ryža bude stále tvrdá, nerobte paniku. Jednoducho ju zabaľte do utierky a vložte na 10 minút pod perinu. Ja tomu hovorím, že "ona dôjde".

Príprava omáčky:

trochu oleja

kuracie prsia (1 kus)

soľ, mleté čierne korenie

1 strúčik cesnaku

400 mg mrazeného španátu

1/2 sladkej smotany

kúsok masla

Postup:

Na rozpálenom oleji orestujte na drobno nakrájané kuracie prsia. Pridajte soľ, mleté čierne korenie. Pridajte špenát, na drobno nakrájaný strúčik cesnaku, polovicu smotany a všetko spolu chvíľu poduste. Ak je to husté, pridajte ešte trochu smotany, nedolievajte vodou!

**HOTOVO!**

Teraz kvalitne zmiešajte pripravenú ryžu s omáčkou a trochou masla. Orestujte na oleji čerstvé šampiňóny, pridajte na rizoto a môžete podávať!

Dobrá chuť priatelia!



Váš Hugo