

RISOTTO ALLA MENTA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- gr. 350 Riso
- gr. 150 Pomodori pelati
- gr. 100 Tonno sott'olio
- n. 1 Cipolla
- n. 1 Spicchio d'aglio
- n. 2 Cucchiaini di olio
- LT. 0,750 Brodo vegetale
- - Qualche foglia di menta
- - Sale

(ATTENZIONE NON USARE DADI) PERCHE'? QUALE E' IL MOTIVO? Non sempre sono permessi dal prontuario.

PREPARAZIONE:

Tritare la cipolla e lo spicchio d'aglio e rosolarli in una casseruola con l'olio. Unire i pomodori pelati, lasciare cuocere a fuoco medio per 10 minuti, regolare di sale secondo il proprio gusto e versare il riso. Diluire poco alla volta con il brodo vegetale portando a cottura senza mai smettere di mescolare. Qualche minuto prima di servire, aggiungere il tonno sbriciolato e le foglie di menta tritate. Il risotto alla menta deve essere ben caldo e servire senza formaggio.