krémová rýže s houbami

24. 2. 2015 •

ingredience

Průměrná hmotnost 1 porce = 200 g

- 700 g rýže kulatozrnná syrová
- 10 g česnek
- 100 g cibule

- 50 g řepkový olej
- 250 g smetana 12%
- 20 g citrónová šťáva
- 285 g žampióny

- 50 g slunečnicová semínka
- 40 g dýňová semínka
- 20 g sůl
- 1 g hřebíček
- 2 g bazalka
- 2 g kmín drcený
- 1 g libeček

postup

1. Pokrájenou cibuli osmahněte na malém množství oleje, dokud nezesklovatí.
2. Přidejte česnek a cca po 2 minutách, když se rozvoní, vsypte na pánev i rýži, promíchejte a zlehka osmahnete.
3. Poté začněte po troškách přidávat vodu – vždy tak, aby rýže neplavala, ale byla jen mírně ponořená.
4. Přiveďte do varu, přidejte hřebíček.
5. Pokaždé, když se tekutina vyvaří a směs začne houstnout, opět přidejte další naběračku vody.
6. Takto rýži vařte zhruba 20 minut, dokud se nevyvaří všechna voda.
7. Rýže by měla být uvařená al dente.
8. Přidejte smetanu a celou směs ještě chvíli nechte na mírném plameni povařit.
9. Poté přidejte šťávu z citronu, bazalku, libeček a osolte.
10. Na vedlejší pánvi osmahnete na zbytku oleje houby se špetkou soli a kmínem, poduste do měkka a zamíchejte do rýže.

11. Servírujte posypané opraženými semínky.
12. *Přílohy: Vhodná příloha k přírodním plátkům.*
13. Žampióny můžete nakombinovat s jinými druhy hub, např. s hlívou ústřičnou.
14. Na dochucení můžete použít zeleninový bujón.

Zdroj: **Firma Country Life**