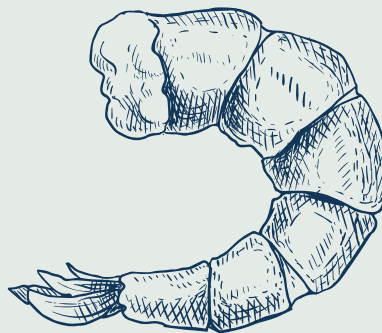


PIATTO THAI CON GAMBERI





INGREDIENTI

(Per 2 persone)

- 50 gr. fagiolini
- 50 gr. taccole
- 180 gr. riso basmati
- 8 gamberoni
- 400 ml. Bevanda Vegetale Cocco Bio Matt
- 6 cipollotti
- 2 carote
- 3 zucchine
- 8 pomodorini pachino
- 200 ml. brodo vegetale
- Olio EVO q.b.
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 1 cucchiaino di curry
- fette di pane di grano duro
- ½ confezione di germogli di soia
- Sale e pepe q.b.
- zucchero q.b.
- origano q.b.
- basilico q.b.

PROCEDIMENTO

Affettare finemente i cipollotti, tagliare le carote a pezzetti piccoli, le zucchine a listarelle e le taccole a losanghe. Versare le verdure in una pentola insieme a 3 cucchiai di olio EVO. Salare e fare rosolare per qualche minuto,



mescolando continuamente.

Aggiungere il brodo vegetale, la Bevanda Vegetale Cocco Bio Matt, il curry e il prezzemolo tritato. Lasciare cuocere per 10 minuti.

Ne frattempo, sgusciare e pulire i gamberoni e unirli alla preparazione quasi a cottura ultimata. Lasciarli cuocere 3-4 minuti.

Lavare e tagliare a metà i pomodorini pachino, adagiarli su una placca da forno con olio, sale, pepe, zucchero origano e basilico. Cuocere in forno già caldo a 200° per 15 minuti.

Sempre in forno, già caldo a 200°, tostare per qualche minuto un paio di fette di pane, aggiungere sale, olio e pepe. Una volta tostato, inserire il pane in un sacchetto alimentare e ridurlo schiacciando con le mani a crumble.

Intanto, preparate il riso. Fate cuocere il riso basmati in acqua salata e scolatelo a cottura ultimata.

IMPIATTAMENTO

In un piatto piano adagiare le verdure e i gamberoni con il loro intingolo di cottura. Guarnire con il crumble di pane, i pomodorini pachino e i germogli di soia. Posizionare il riso basmati in un angolo o in un altro piatto.