

ENSALADA DE ARROZ SALVAJE CON MENTA Y ALMENDRAS

INGREDIENTES

Para 2

150g Arroz rojo o salvaje
5 cucharadas Aceite de oliva
1 Cebolla picada fina
50g Almendra fileteada
50g Orejones picados finos
Menta
Rúcula
Zumo de un limón



ELABORACIÓN

La receta original de esta ensalada lleva arroz rojo de la Camarga, cultivado en Francia, exquisito, pero no muy fácil de encontrar... las otras opciones son utilizar arroz salvaje, que de hecho es un cereal, o arroz Basmati integral.

Cocer el arroz según las instrucciones del paquete o tipo de arroz. Pochar la cebolla en el aceite con un poco de sal y pimienta. Anadir las almendras, orejones, menta y el zumo de limón. Mezclar con el arroz cocido y ya frío.

Para llevar en el coche yo pongo la rúcula en una fiambrrera a parte para que no se mustie y la añado al arroz justo antes de comer....