



In cucina con Granitium l'antiaderente dal cuore di pietra.



Portofino, alta tecnologia
Made in Italy a casa tua!

Frittata di riso

INGREDIENTI

Preparazione 5'
Cottura 25'

- 40 gr di riso
- un cucchiaino di paprica
- sale, pepe
- prezzemolo tritato
- 40 gr di brodo vegetale
- 4 uova
- 2 cucchiaini di olio

ESECUZIONE

Lessate in acqua salata 120 gr di riso al dente.

Dopo 15 minuti, toglietelo dal fuoco, passatelo sotto l'acqua fredda e sgocciolatelo. Mettetelo in una terrina e conditelo con un cucchiaino di paprica, sale, pepe, prezzemolo tritato e 40 gr di brodo vegetale.

Unitevi 4 uova e sbattete bene il tutto.

Scaldate 2 cucchiaini di olio nella padella; cuocete a fuoco moderato.

Versatevi il composto e quando sarà rappreso da una parte, dopo circa 7 o 8 minuti, giratelo con l'aiuto di un piatto, e cuocetelo dall'altra.

STRAORDINARIO RISO

Innanzitutto il riso è particolarmente ricco di proteine, ha un alto potere energetico, ed è facilmente digeribile (per esempio: il riso resta nello stomaco 1 ora, il latte 1 ora e 40', le uova al burro 2 ore e 15', il pollo 2 ore e 30', la pasta 3 ore).

Inoltre le proteine del riso sono assimilate dall'organismo quasi integralmente (88,3%) mentre, per esempio quelle del granoturco solo per il 23,5% - pertanto è raccomandato per coloro che hanno bisogno di un'alimentazione abbondante senza affaticare lo stomaco.

GRANITIUM L'antiaderente dal cuore di pietra.

Rinforzato con particelle minerali che garantiscono:

- Lunga durata dell'utensile.
- Cottura perfetta e salutare.
- Superficie antiaderente a prova di utensili metallici.
- Resistenza totale in lavastoviglie.
- Facile pulizia della superficie di cottura.
- Garanzia in caso di intolleranze ad allergie al nichel.
- Non contiene PFOA.