

Pečené tuňákové rizoto

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- cibule 1 ks
- česnek 2 stroužek
- olivový olej 2 lžíce
- rýže 500 g
- konzervovaná rajčata 1 plechovka
- cuketa 1 ks
- (185 g) tuňák 1 plechovka
- voda 375 ml
- sůl na dochucení 1 ks
- parmazán na posypání 1 ks

Doba přípravy: 40 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Česnek a cibuli oloupeme, cibuli nakrájíme najemno a česnek na plátky.

Připravíme si pánev, ke které máme poklici, nebo větší mělký hrnec s poklicí, který lze použít v troubě. Na olivovém oleji krátce osmahneme nakrájené plátky česneku a nadrobno nakrájenou cibuli. Přidáme rýži a společně restujeme asi 1 minutu.

Přidáme konzervu rajčat, která pokrájíme napůl. K nim vložíme očištěnou, na plátky pokrájenou

cuketu a konzervu tuňáka a zalijeme 375 ml vody. Vše společně zamícháme, uvedeme do varu a zakryjeme poklicí.

Hrnc dáme do předem vyhřáté trouby na 200 °C. Pečeme 30 minut, během této doby jídlo nepodléváme ani nemícháme.

Po 30 minutách vyjmeme z trouby, můžeme podle chuti dosolit a posypat čerstvě nastrohaným parmazánem.