

Exotické dýňové rizoto

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 5

- rýže 250 g
- kuřecí maso 400 g
- trocha hladká mouka 1 ks
- sůl 1 špetka
- dle chuti pepř 1 ks
- dýně hokaido 200 g
- slunečnicová semínka 3 lžíce
- rozinky 1 hrst
- karí 1 lžička
- olej na smažení 1 ks

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 5

Postup:

Rýži uvaříme doměkka. Necháme v teple přikrytou dojít.

Kuřecí maso opláchneme, očistíme a nakrájíme na menší kousky.

Pokrájené maso na prkénku zaprášíme hladkou moukou, osolíme a opepříme.

V hluboké pánvi rozežřejeme olej a maso na něm dozlatova opečeme. Pak maso vyjmeme a uschováme v teple.

Mezitím připravíme dýni, kterou zbavíme slupky, a dužinu pokrájíme na kostičky.

Kostky dýně opečeme na masovém výpeku v pánvi společně se semínky ze slunečnice a rozinkami.

Směs osolíme, přidáme lžičku karí a ještě dochutíme podle potřeby mletým pepřem. Do takto ochucené směsi vmícháme rýži a na závěr i opečené maso. Podáváme se sklenicí bílého vína.