

Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les
recettes

Paëlla à l'indienne



Imprimer



Commenter

Préparation: **10**

Ingrédients

4/6

- 3 verres de riz
- 4,5 verres d'eau

- 1 pincée de gingembre, curcuma, cumin en poudre
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de safran
- Puis pour l'accompagnement :
- 3 carottes
- 1 morceau de céleri rave
- 1 courgette
- 1 poivron rouge
- 1 poivron jaune
- 3 tomates
- 1 poignée de graines de courges et de tournesol
- 2 cuillères à soupe d'huile de coco pour la fin de cuisson à la poêle
- 2 cuillères à soupe de sirop d'érable pour les gourmands:)

1. Dans un premier temps remplissez la vive du vitaliseur d'1/3 d'eau et portez-la à ébullition. Dès qu'elle bout déposez le bol rempli de riz, d'eau, de sel et d'épices pour 20 minutes.
2. Pendant ce temps-là lavez et découpez les légumes de la manière qui vous plait.
3. Quand le riz est cuit sortez-le et déposez sur le tamis du vitaliseur les morceaux de carottes et de céleri pour les précuire. Réservez et déposez le reste de légumes sur le tamis du vitaliseur (exceptées les tomates que l'on ne fera cuire qu'à la poêle).
4. Faites ensuite revenir les morceaux de carottes et céleri à la poêle dans de l'huile de coco. Ajoutez ensuite le reste de légumes. Mélangez avec le riz. Ajoutez les graines, le sel et le sirop d'érable. Savourez!:)

Douce et épicée... à tomber!

Vous allez aussi aimer ...

Pesto d'orties sauvages

Pavés de bœuf aux échalotes

Cabillaud aux pleurotes

Boulettes de sarrasin et tagliatelles de carotte

Mon compte

Recettes

Contact

CGV

Newsletter

+33 (4) 94 01 22 61

Mon compte

Recettes

Notre histoire

Contact

CGV

Newsletter

Facebook

Pinterest

Instagram