



Salmone, verdure al naturale e riso integrale Ermes

Ingredienti:

- 290 g di Condiverde Riso Light Saclà
- 300 g di riso integrale Ermes
- 250 g di punte di asparagi
- 200 g di salmone fresco in tranci
- 1 spicchio d'aglio
- 1 pompelmo
- Rosmarino q.b.
- Olio extra vergine di oliva q.b.
- Sale q.b.
- Pepe rosa q.b.

Preparazione:



- In una pentola portate a bollire abbondante acqua leggermente salata. Cuocete il riso integrale Ermes per 35/40 minuti. Scolatelo al dente e fatelo raffreddare.
- In una pentola fate bollire acqua salata e fate cuocere le punte di asparago per alcuni minuti.
- In una padella fate insaporire l'olio extra vergine di oliva con uno spicchio di aglio e quindi rosolate il salmone fresco precedentemente tagliato a cubetti.
- Preparate una vinaigrette con il succo del pompelmo, il rosmarino, un pizzico di sale e alcuni grani di pepe rosa.
- Ponete il salmone in una ciotola e conditelo con l'emulsione. Aggiungete il riso, il Condiverde Riso Light Saclà e amalgamate bene gli ingredienti.
- Impiattate l'insalata di riso e aggiungete le punte di asparago.
- Servite con un fresco centrifugato di frutta e ... buon appetito!