

RISO IN INSALATA AL CURRY

Ingredienti per 4 persone:

- 300 g di riso,
- 2 uova sode,
- 1 sedano,
- 2 pomodori,
- 1 peperone,
- 50 g di fagiolini,
- 1 zucchina,
- ravanelli,
- 3 cucchiai di olio d'oliva,
- aceto di vino,
- 2 cucchiaini di curry,
- 1 cucchiaino di senape,
- sale.

Bollite il riso in abbondante acqua salata per circa 18 minuti.

Lessate in acqua salata i fagiolini e la zucchina.

Intanto preparate le altre verdure: lavate e tagliate il sedano e il peperone a pezzetti molto piccoli, spellate i pomodori e privateli dei semi.

Tagliate a pezzettini anche i fagiolini, la zucchina e a fettine molto sottili alcuni ravanelli, tritate gli albumi.

Quando il riso è pronto, scolatelo e passatelo sotto l'acqua fredda per fermare la cottura.

Raccoglietelo in un'insalatiera e amalgamate delicatamente le verdure e gli albumi.

In una ciotola emulsionate tre cucchiai d'olio con un po' d'aceto, mescolatevi i tuorli sbriciolati, unite due cucchiaini di curry e uno di senape, regolate il sale.

In un'insalatiera disponete il riso, conditelo con la salsa e servitelo subito.