

# Riso rosso su vellutata di ceci



Oggi vi proponiamo un primo piatto sano e gustoso, ottimo per riscaldare una giornata invernale, riso rosso su vellutata di ceci. E' una ricetta semplice e velocissima da preparare.

## **Ingredienti per 2 persone**

150 g di riso rosso

1 kg di ceci già lessati

olio

sale

Per prima cosa lessare i ceci o utilizzare ceci già pronti.

Con l'aiuto di una centrifuga o di un passaverdure, frullare i ceci, eliminando le bucce, lasciandone da parte qualcuno intero.



Scaldare la crema ottenuta su fuoco lento, salare e aggiungere un filo di olio a crudo.

Cuocere il riso rosso in abbondante acqua salata.



Quando il riso è pronto, mettere la vellutata di ceci in una ciotola, aggiungere il riso e servire ben calda.

A piacere potete aggiungere una spolverata di pepe.

[Torna alla Home](#)

[Vedi gli altri Primi](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

