

RIZ AUX ALGUES

riz façon pilaf aux arômes marins



Ingrédients :

240 g de riz - 30 g de Laitue de mer fraîche salée - Huile d'olive -
1 Oignon - 1 Gousse d'ail - Maceron ou Poivre - Fleur de sel de
l'île de Ré - Beurre - Coriandre en poudre (optionnel)

- 1 Préchauffez le four à 200°.
- 2 Dessalez la laitue de mer dans deux eaux, puis épongez-la.
- 3 Versez l'huile d'olive dans une cocotte puis faites suer l'oignon et l'ail ciselés pendant 5 min
- 4 Ajoutez la laitue de mer hachée finement, puis ajoutez le riz et poursuivez la cuisson 5 min tout en mélangeant.
- 5 Mouillez le tout avec 50 cl d'eau salée ou de bouillon. Montez à ébullition.
- 6 Couvrez la cocotte et glissez-la dans le four chaud (200°).
- 7 Cuisez le riz pendant 20 min.
- 8 Egrainez le riz à l'aide d'une fourchette tout en rajoutant le beurre.
- 9 Selon vos goûts, salez, poivrez (maceron ou poivre noir) et ajoutez un peu de coriandre en poudre.

Plus de recettes sur www.la-ferme-des-baleines.com !