

Gli editoriali.

La ricetta del riso alla cantonese

Scopri gli ingredienti e gli step della ricetta del riso alla cantonese, una specialità tipica della cucina cinese da provare anche a

Il **riso alla cantonese** è uno dei piatti più famosi della **cucina cinese**, nonché uno dei più amati. È un primo piatto originario della regione del **Guangdong**, nella **Cina del Sud**: ben presto, però, la ricetta si è diffusa in tutta l'Asia e, in seguito, anche in Occidente. Ma come si fa il riso alla cantonese? Spesso si pensa che le ricette orientali siano troppo complicate da preparare in casa, ma in realtà non è così: basta, infatti, dotarsi degli **strumenti adeguati** e degli **ingredienti giusti** per ottenere un risultato perfetto.

In questo caso, la prima domanda che sorge spontanea è: quale tipo di riso si usa per il riso alla cantonese? Generalmente, per i primi piatti della cucina cinese si possono usare diversi tipi di riso, tra i quali il **Ribe**, che è particolarmente adatto per la ricetta del riso alla cantonese. Si tratta di un tipo di riso dal chicco fino e tondeggiante: è molto versatile, non scuoce mai e si adatta a molte preparazioni diverse, dalle insalate di riso, fino ai timballi o ai ripieni di supplì e arancini.

Oltre alla scelta della varietà di riso, la ricetta del riso alla cantonese richiede una particolare attenzione alla **cottura** dei vari ingredienti, che dovrebbe essere realizzata con il **wok**, la **tipica pentola cinese** dalla **forma conica con fondo arrotondato**, realizzata solitamente in **ghisa**. Questo tegame speciale consente di mantenere a lungo il calore e di cuocere i cibi utilizzando **meno olio**, in quanto la sua forma svasata consente ai liquidi di accumularsi sul fondo, favorendo la cottura, senza l'aggiunta di altri condimenti.

Fatte queste premesse, vediamo, quindi, quali sono gli ingredienti e gli step da seguire per preparare il riso alla cantonese.

Tempo preparazione: 35 minuti

Difficoltà: facile 4 persone

Ingredienti:

- 400 gr di Riso Ribe
- 100 gr di Piselli
- 1 fetta di Prosciutto cotto tagliata alta 1 cm o cubetti già pronti
- 20 gr di Olio di semi di girasole
- 4 Uova
- Sale q.b.



Procedimento

- 1 – Inizia lavando il riso in una ciotola sotto l'acqua corrente: sciacqualo varie volte, fino a che l'acqua non sarà trasparente.
- 2 – Versa il riso lavato in una pentola e aggiungi l'acqua fino a ricoprirlo tutto, facendo salire il livello del liquido a un dito sopra quello del riso.
- 3 – Metti la pentola sul fuoco a fiamma vivace e copri con un coperchio. Quando l'acqua inizia a bollire, lascia cuocere 2 minuti.
- 4 – Senza sollevare il coperchio, agita la pentola per mescolare il riso al suo interno. Lascia cuocere ancora per 5 minuti, abbassando la fiamma.
- 5 – Quando il riso sarà cotto, spegni il fuoco e fai asciugare l'umidità mettendo due fogli di carta assorbente tra la pentola e il coperchio.
- 6 – A questo punto puoi dedicarti alla preparazione degli altri ingredienti: inizia dalla fetta di prosciutto cotto che va tagliata a cubetti di circa 1 centimetro per lato.
- 7 – In seguito, metti i piselli in un tegame con acqua e falli bollire per 2 minuti, poi scolali e falli raffreddare sotto l'acqua fredda.
- 8 – Prendi una ciotola e versaci dentro le uova, sbattendole con una frusta.
- 9 – Prendi il wok o, in alternativa, una padella ampia: versa al suo interno l'olio di semi e fallo scaldare per un minuto.
- 10 – Aggiungi le uova sbattute e falle cuocere a fiamma alta, come se le stessi facendo strapazzate.
- 11 – Quando le uova si saranno rapprese, aggiungi nel wok anche il riso, mescolando bene il tutto. Aggiungi poi i piselli, il prosciutto e il sale.
- 12 – Amalgama bene tutti gli ingredienti, poi impiatta e gusta il tuo riso alla cantonese fatto in casa!