

Gli editoriali.

La ricetta del riso thai

Prova il riso thai, una delle ricette orientali più amate e semplici da preparare: segui gli step della ricetta e scopri anche tutte le varianti!

Il **riso Thai** è un piatto cardine della **cucina thailandese**, noto per il suo sapore unico, ottenuto grazie all'uso di **spezie aromatiche**, **salse saporite** e una cottura meticolosa. La **Thailandia** è famosa per le sue tradizioni culinarie, e il **riso** è alla base di molti piatti. Il riso Thai può essere preparato in vari modi, tra cui il famoso "**Khao Pad**" (riso fritto), ma qui ci concentreremo su una versione basata sulla **ricetta tradizionale**, una preparazione semplice e autentica che può essere adattata a molte occasioni e preferenze.

Il riso alla thailandese è apprezzato per la sua leggerezza e il suo sapore delizioso, che può essere gustato da solo o come accompagnamento a carni, pesce e verdure. Questa ricetta non solo ti mostrerà come preparare il riso perfetto, ma ti offrirà anche suggerimenti per varianti interessanti, ideali per chi ama sperimentare in cucina.

Tempo preparazione: 35 minuti

Difficoltà: Facile

4 persone

Ingredienti:

- Riso thai jasmine: 300 gr
- Acqua: 600 ml
- Olio di sesamo: 1 cucchiaio



- Aglio: 2 spicchi
- Zenzero fresco: 10 gr
- Salsa di soia: 3 cucchiari
- Zucchero: 1 cucchiaino
- Cipollotto: 2
- Peperoncino rosso fresco: 1 (opzionale)
- Uova: 2
- Carote: 1
- Germogli di soia: 100 gr
- Succo di lime: 1 lime
- Coriandolo fresco: un mazzetto
- Arachidi tostate: 50 gr
- Sale: q.b.

Procedimento

1. Preparare il riso: sciacqua il riso Jasmine in acqua fredda fino a quando l'acqua risulterà limpida. Questo processo aiuta a rimuovere l'amido in eccesso, garantendo un riso più leggero e non appiccicoso. Metti il riso sciacquato in una pentola con 600 ml di acqua e porta a ebollizione. Riduci il fuoco al minimo, copri con un coperchio e lascia cuocere per 10-15 minuti, fino a quando tutta l'acqua sarà assorbita. Spegni il fuoco e lascia riposare coperto per altri 10 minuti.

2. Preparare le uova: in una padella antiaderente, scalda un po' di olio di sesamo e rompi le uova, strapazzandole leggermente. Cuoci fino a quando saranno ben cotte, quindi rimuovile dalla padella e mettile da parte.

3. Soffriggere gli aromi: nella stessa padella, aggiungi l'olio di sesamo rimanente e fai soffriggere l'aglio e lo zenzero tritati fino a quando saranno dorati e aromatici. Questo processo rilascia gli oli essenziali che danno al piatto il suo caratteristico profumo.

4. Aggiungere le verdure: aggiungi le carote a julienne e il peperoncino (se lo usi) nella padella e soffriggi per 2-3 minuti, mescolando frequentemente per assicurarti che le verdure rimangano croccanti.

5. Combinare gli ingredienti: aggiungi il riso cotto alla padella con le verdure e mescola bene. Unisci la salsa di soia e lo zucchero, continuando a mescolare per distribuire uniformemente i condimenti.

6. Incorporare gli altri ingredienti: aggiungi le uova strapazzate, i germogli di soia e metà del cipollotto tritato al riso. Mescola delicatamente per amalgamare tutti gli ingredienti.

7. Condire e guarnire: spruzza il succo di lime sul riso e aggiungi il coriandolo fresco tritato. Assaggia e aggiusta di sale se necessario. Trasferisci il riso in un piatto da portata e guarnisci con le arachidi tostate e il cipollotto rimanente.

Le varianti del riso thai

Il riso Thai è un piatto **versatile** che può essere personalizzato in molti modi per soddisfare vari gusti e preferenze alimentari. Ecco altre ricette del riso thai da provare:

- **Riso thailandese con gamberi:** aggiungi 200 g di gamberi sgusciati e puliti durante il passaggio in cui soffriggi le verdure. I gamberi si cuociono rapidamente e aggiungono un sapore di mare al piatto.

- **Riso thai vegetariano:** per una versione completamente vegetariana, utilizza una salsa di soia più scura o una salsa teriyaki per un gusto ricco. Aggiungi tofu a cubetti e altri ortaggi come piselli, peperoni e funghi.

- **Riso alla thailandese con pollo e verdure:** aggiungi 200 g di petto di pollo tagliato a striscioline sottili durante il soffritto degli aromi. Il pollo assorbe bene i sapori delle salse e degli aromi, rendendo il piatto più sostanzioso.

- **Riso thai piccante:** se ami il piccante, aumenta la quantità di peperoncino fresco o aggiungi un cucchiaino di pasta di peperoncino Thai durante il soffritto degli aromi. Puoi anche guarnire con fettine di peperoncino fresco per un tocco di colore e calore extra.

- **Riso thailandese con frutta secca:** aggiungi ananas a cubetti o uvetta durante il passaggio in cui combini gli ingredienti. Questo conferisce un sapore dolce e fresco che si bilancia perfettamente con la sapidità del piatto.

La ricetta del riso thai, dunque, può facilmente adattarsi ai gusti e alle esigenze di chiunque. Sia che tu preferisca un pasto leggero e semplice o un piatto più ricco e saporito, questa ricetta base ti fornirà una solida partenza. Sperimenta con le varianti suggerite e scopri come una semplice base di riso può trasformarsi in un pasto delizioso e versatile che porterà un tocco di esotico alla tua tavola.