

# Anello Al Curry

Lessate separatamente, dopo averle lavate e mondare, le cime di cavolfiore e le carote. Scolate e tagliate a rondelle le carote. Mondate e sbucciate una cipolla, tagliatela a spicchietti e fatela appassire in un tegame con 4 cucchiaini di olio. Unite le verdure lessate, i fagioli sgocciolati dall'acqua di vegetazione, l'uvetta, la cannella, salate, pepate e unite un mestolo di brodo. Cuocete a fuoco vivo per qualche minuto, eliminate la cannella e spegnete il fuoco. Tritate l'altra cipolla mondata e fatela appassire in una casseruola con il burro. Unite riso e curry, mescolate, bagnate con un paio di mestoli di brodo e portate a cottura unendo man mano il brodo caldo. Ungete con un po' di olio uno stampo ad anello, riempitelo con il riso, premetelo bene e sformatelo su un piatto da portata. Riempite il foro dell'anello con le verdure preparate. Cospargetele con l'erba cipollina tagliuzzata e servite.

## Ingredienti

300 G Riso Arborio  
Brodo Vegetale  
2 Cipolle  
2 Carote  
200 G Cimette Di Cavolfiore  
150 G Fagioli Rossi In Scatola  
1 Cucchiaino Curry  
1 Pezzetto Stecca Di Cannella  
80 G Uvetta Sultanina  
40 G Burro  
4 Cucchiaini Olio D'oliva  
Erba Cipollina  
Sale  
Pepe

## Note

Preparazione: 10 minuti. Cottura: 40 minuti. Calorie: 534.