

RISO ALLE LENTICCHIE

- 160 g di riso integrale
- 200 g di lenticchie lessate
- 4 pomodori secchi
- il succo di limone
- olio EVO



Sciacquate il riso sotto l'acqua corrente, quindi lessatelo a fuoco leggero per circa 30-40 minuti nel doppio del suo volume d'acqua.

Nel frattempo, sciacquate le lenticchie e occupatevi dei pomodori secchi: reidratateli in poca acqua e, una volta ammorbiditi e dissalati (ci vorrà circa 1 ora), tagliateli con il coltello.

Quando il riso sarà pronto (dovrà assorbire tutta l'acqua), lasciatelo raffreddare, quindi saltatelo velocemente in padella con un cucchiaio di olio EVO, le lenticchie e i pomodori secchi.

Prima di servire, condite con il succo di limone e se avete i limoni biologici completate con la scorza di limone grattugiata!