

Mon Riz Safrané

<http://www.lafeecreative.com/z-safrane.htm>

Pour 3-4 personnes.

Les ustensiles que je cite sont de la marque « Tupperware ».



Ingrédients :

3	Gousses d'ail épluchées
1	Oignon épluché
200 g	Riz long
1	Bouillon cube « volaille »
200 g	Tomates pelées au jus
250 ml	Eau
1 dose	Safran
A convenance	Sel et poivre
	Piment d'Espelette (facultatif)

Préparation :

1. Mettre l'ail et l'oignon dans l'Extra Chef et mixer à votre convenance.
2. Dans la Micro-Minute, verser le mélange ail-oignon + bouillon de volaille émietté + riz + eau + tomate + safran + sel, poivre + piment.
3. Bien mélanger à la spatule silicone.
4. Fermer la Micro-Minute et cuire au four micro-ondes : 20 min à 900 W.
5. Laisser reposer 10 min.

Idéal pour accompagner un poisson ... Bon appétit !