



## Spenótos, aszalt paradicsomos rizottó

### Hozzávalók

- 20 dkg rizottó rizs
- 2 ek olaj
- 1 dl fehérbor
- 1 tasak Maggi Bolognai spagetti alap
- 1.2 l víz
- 5 dkg aszalt paradicsom
- 10 dkg bébi spenót
- 5 dkg parmezán sajt

### Elkészítés

1. A rizst az olajon enyhén megpirítjuk, majd felöntjük a borral.
2. A Maggi Bolognai spagetti alapot csomómentesen feloldjuk a vízben és fokozatosan a rizshez adagoljuk, mindig annyit, amennyit pár perc alatt felszív.
3. A rizst gyakori kevergetés és folyadékpótlás mellett addig főzzük, amíg megpuhul.
4. Ekkor belekeverjük az időközben apróra vágott aszalt paradicsomot és a bébispenót leveleket és pár percig főzzük, hogy a levelek összeessenek.
5. Az ételt reszelt parmezánnal vagy anélkül tálaljuk.

### Tápérték adatok

Szénhidrát	60.23 g
Energia	410.38 kcal
Zsír	10.97 g
Fehérje	11.43 g
Telített zsírok	3.21 g

45 Perc

4