



## Орзото с гъби, спанак и бял боб

### Съставки

- 1 опаковка MAGGI® Trattoria a casa Рецепта за Ризото с пиле и гъби 40г
- 200 г ечемик
- 300 г гъби
- 1 консерва бял боб
- 500 г пресен спанак
- 2 с.л. зехтин
- 2 скилидки чесън
- 1 глава лук
- 1 щипка сол
- 1 щипка черен пипер
- 0.5 ч.л. балсамико
- 2 с.л. пармезан

### Указания

1. Измийте ечемика с помощта на гевгир или едра цедка и накиснете във вода за няколко часа. Сварете заедно с малко червен, черен пипер и лук. Варете в продължение на 30 минути, като добавяте вода непрекъснато.
2. Загрейте 2 лъжици зехтин в дълбок тиган и сотирайте в тях лука и чесъна. Когато омекнат, добавете почистените и нарязани гъби и оставете на огъня за около 5 минути, като разбърквате непрекъснато.
3. Разтворете MAGGI® Trattoria a casa Рецепта за ризото с пиле и гъби в 500 ml топла, но не гореща вода и разбъркайте. Добавете към сотираните гъби и лук и продължете да варите.
4. Добавете сварения ечемик към този микс и разбъркайте леко. Прибавете отцедения боб и подправете с балсамико на вкус. Когато всички продукти са добре смесени, добавете сварения и отцеден спанак. Варете няколко минути, докато спанакът омекне. Ако спанакът е замразен, сместа ще трябва да поври малко по-дълго.
5. Поръсете готовото орзото с настърган пармезан и пресен, нарязан магданоз. За финал добавете и няколко капки зехтин. 6. Сервирайте с гарнитура от пресни червени чушки и краставица. Хрупкавите пресни зеленчуци ще се комбинират добре с кремообразната текстура на орзото. Опитайте!

60 мин.

4 порции

Въглехидрати	63.71 g
Енергия	380.97 kcal
Мазнини	9.18 g
Протеин	9.18 g