

Cartocci al profumo di mare

Le ricette di primi su RicetteItalia.org

Per 4 persone:

300 g riso parboiled
2 carote
200 g polpa di pomodoro
200 g filetti di pesce (fresco o surgelato)
100 g piselli sgranati
1 spicchio aglio
erba cipollina (o prezzemolo)
3 cucchiaini olio d'oliva
1/2 bicchiere vino bianco
sale

Preparazione

Lessate i piselli per 15 minuti circa. Sbucciate le carote e tagliatele a rondelle sottili. Scaldate l'olio in una padella a fuoco moderato e fateci soffriggere lo spicchio d'aglio tritato e le carote. Quando sono appassiti, unite i filetti di pesce e lasciate cuocere per qualche minuto. Girate il pesce. Bagnate con il vino, salate e fate evaporare. Unite la polpa di pomodoro e proseguite la cottura per altri 15 minuti. Intanto, lessate il riso e scolatelo piuttosto al dente. Riunite tutti gli ingredienti e condite con erba cipollina o con del prezzemolo tritato. Assaggiate e correggete eventualmente di sale. Chiudete il riso condito in quattro cartocci di carta speciale e passate nel forno già caldo a 200 gradi per 5 minuti circa. Servite il riso caldissimo direttamente nei cartocci.

[Ricette Italia - Le tue ricette di cucina online.](#)

<http://www.ricetteitalia.org>