



# IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS

*CHRISTIAN CINO*

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

**IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS CHRISTIAN CINO**

 [Download IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS ...pdf](#)

 [Read Online IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS ...pdf](#)

# **IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS**

*CHRISTIAN CINO*

**IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS CHRISTIAN CINO**

88 pages

Extrait

Extrait de l'introduction

Célèbre céréale cultivée de par le monde dans les régions tropicales humides, le riz est un féculent très populaire qui offre de nombreuses possibilités de recettes.

Les types de riz

Le riz long, de consommation courante en Occident, est poli après la récolte pour en ôter l'enveloppe protectrice et le son. On distingue le riz complet, qui a conservé les couches de son, ce qui lui donne une saveur de noisette et un surcroît de vitamines et de fibres, et le riz blanc, qui ne colle pas et résiste mieux à une cuisson trop longue. Le riz demi-complet ou riz brun subit un léger polissage qui réduit l'épaisseur de l'enveloppe de son.

Le riz rond et le riz arborio, plus friables et plus amidonnés que le riz long, sont idéaux pour préparer des potages, des desserts ou du risotto.

Le riz rouge, issu des hauts plateaux d'Afrique, des contreforts de l'Himalaya ou de Camargue, possède une enveloppe appelée tégument rouge, à laquelle il doit son nom. C'est un riz complet avec une légère odeur d'avoine lorsqu'il est cru. Il doit être cuit longuement.

Du côté de l'Asie, la seconde famille est le riz japonica : ce dernier est rond et a la particularité de coller lorsqu'on le cuit. Il est utilisé dans la cuisine chinoise et dans la cuisine japonaise. Le riz gluant, à grains longs et opaques, s'agglutine lui aussi à la cuisson. Il est indispensable de le rincer et de le faire tremper une nuit avant de le cuire à la vapeur. Il ne contient pas de gluten alimentaire.

Le riz sauvage provient d'une plante très proche du riz qui pousse également dans l'eau. On le trouve aux États-Unis et au Canada. Le riz sauvage s'utilise comme un riz blanc ou un riz entier.

Le riz vénéré, originaire de Chine, est un riz noir complet, cultivé aujourd'hui dans certaines zones de la vallée du Pô. Riche en fibres, il est agréablement parfumé, prêt en 18 minutes et dégage un arôme particulier entre le bois de santal et le pain juste sorti du four. Extrêmement parfumés eux aussi, les riz basmati et thaï permettent d'accompagner de nombreux plats épicés, sans faute de goût. Présentation de l'éditeur  
Riz-ettes et risottos

Le plus élémentaire de nos aliments Fait son show. Hôte privilégié de nos placards, il n'y a pas plus rapide à préparer. Discret, sans prétentions, il s'accommode de tout et relève les saveurs qu'il accompagne. Jaune, blanc, noir, complet, gluant, en recettes salées ou sucrées... suivez ses grains gourmands et parfumés, vous ferez le tour de la planète !

50 recettes vite Faites, bien Faites !

Petits farcis niçois au riz et à la viande, riz pilaf aux fruits de mer, carry créole au poulet, risotto de moules au chorizo croustillant, risotto à la pancetta et légumes confits, risotto aux girolles, risotto de saumon fumé à l'aneth ou riz rond mielleux aux fruits secs : mettez-y votre grain... de riz !

D'origine italienne, Christian Cino est professeur de cuisine. On lui doit notamment *Mini-vapeur* et *Mamma miam !* dans la collection «Toquades». Biographie de l'auteur

D'origine italienne, **Christian Cino** est professeur de cuisine et revisite les grands classiques de la cuisine du monde avec talent. On lui doit notamment *Mini-vapeur* et *Mamma miam !* dans la collection " Toquades " de First.

Download and Read Online IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS CHRISTIAN CINO #SFJ1I9HBQKO

Lire IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS par CHRISTIAN CINO pour ebook en ligne IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS par CHRISTIAN CINO Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS par CHRISTIAN CINO à lire en ligne. Online IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS par CHRISTIAN CINO ebook Téléchargement PDF IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS par CHRISTIAN CINO Doc IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS par CHRISTIAN CINO Mobipocket IR-RIZ-ISTIBLE RIZ ET RISOTTOS par CHRISTIAN CINO EPub

**SFJ1I9HBQKOSFJ1I9HBQKOSFJ1I9HBQKO**