Centro Tutela Consumatori Utenti
Finanziato dal MIMIT D.D. 12 maggio 2025

info@verbraucherzentrale.it

Frittelle di riso

Pasta, patate, riso & co.
Per utilizzare gli avanzi di riso bollito
Piatti cotti in padella
Dal ricettario “Reiche Ritterinnen – Le Avanzarotte” (Verdi – Grüne – Vërc, Bolzano, 2020)

Ingredienti:

- 150 g di riso cotto
- 1 uovo
- 1 CT di farina
- 2 CT di latte
- sale
- olio per friggere

Preparazione:

Mescolate il riso con il tuorlo d‘uovo, la farina e il latte. Montate l’albume a neve ferma e incorporatelo. Aggiungete un po‘ di sale. Scaldate dell‘olio in una padella. Stendete piccole porzioni del composto nella padella, formando delle frittelle. Friggetele per circa 2 o 3 minuti per lato fino a quando saranno dorate. Servite le frittelle di riso dolci o salate, a seconda dei vostri gusti, con un contorno dolce (ad es. sciroppo di lamponi, salsa di frutta) o salato (ad es. insalata, quark alle erbe, verdure stufate).

Tempo di preparazione: ca. 25 minuti, più il tempo per la preparazione di eventuali contorni.

Suggerimento:

le frittelle di riso sono ottime per un pranzo veloce usando il riso avanzato dal giorno precedente. Volendo, potete impanare le frittelle di riso con farina, uovo e pangrattato per renderle più croccanti.