

ORZO COTTURA BASE



INGREDIENTI

Ingredienti per 4 persone

- 250 g di orzo decorticato
- 500 g di acqua
- sale marino integrale q.b.

PROCEDIMENTO

Ilavate l'orzo e lasciatelo in ammollo per tutta la notte con la quantità di acqua necessaria alla cottura. In una pentola versate l'orzo con la sua acqua di ammollo, coprite con un coperchio ben aderente e portate a bollore. Salate, abbassate la fiamma al minimo e fate cuocere per 45 minuti. Per trasmettere più calore alla preparazione potete tostare il cereale, questo trasmetterà al piatto anche un sapore più incisivo.

Si suggeriscono ingredienti di provenienza biologica

