



## GASTRONOMIA DI HAITI

### RISO NAZIONALE (per 4 persone)

#### Ingredienti :

400 gr. di riso thail  
300 gr. di fagioli borlotti  
¼ litro di latte di cocco  
100 gr. di pancetta affumicata  
50 gr. di scalogno  
2 zucchine  
10 gr. di prezzemolo  
peperoncino a piacere  
limone  
timo, aglio, sale, pepe, olio quanto basta  
400 gr. di pesce spada



#### Preparazione :

Lessare i fagioli, una volta cotti soffriggerli con olio, timo, sale e scalogno, dopo 5 minuti di cottura aggiungere la pancetta e cucinarla per altri 10 minuti per insaporire i fagioli, dopo aggiungere il latte di cocco, il riso e portare ad ebollizione. Quando il liquido sta per asciugarsi coprire, abbassare il fuoco e lasciar cuocere a fuoco basso per ½ ora controllando la cottura.

In Haiti, come in tutta America Latina, il riso si usa come contorno sia alla carne che al pesce facendo così un piatto unico.

Qui lo indichiamo come contorno del pesce che cuciniamo a parte in umido con le zucchine, prezzemolo, olio, sale, peperoncino.

Si serve tutto insieme.