

# Jaki ryż do czego?

Dodany przez patryshia

## **RYŻ NATURALNY:**

Zawiera w sobie witaminy i substancje mineralne, a brązowa skórka nadaje mu wyrazisty, specyficzny smak i aromat. Ceniony jest przede wszystkim przez konsumentów zdrowej żywności, prócz tego chętnie stosuje się go w ramach różnych diet, np. odchudzających, obniżających ciśnienie itp. Ugotowanie go wymaga znacznie więcej czasu. W zależności od gatunku - do 45 minut.

## **RYŻ PARABOLICZNY**

Jest bardzo delikatny i nie skleja się. Prócz tego zawiera część witamin i związków mineralnych. Doskonale pasuje do białych mięs.

## **RYŻ OKRĄGŁY:**

Po ugotowaniu staje się bardzo biały. Stosowany jest najczęściej do wszelkiego typu zapiekanek typu risotto, do takich potraw jak ryż na mleku oraz do farszów.

## **RYŻ DZIKI:**

Najdroższy gatunek ryżu, żmudnie zbierany w rzekach. Jest prawie czarny i ma pikantny, orzechowy aromat. Doskonale nadaje się do ryb i skorupiaków.

W handlu najczęściej spotykamy ryż łuszczoney. W celu uzyskania ziaren o białym kolorze pozbawiono go srebrnej łupinki, skórki wewnętrznej, zawierającej wszelkie witaminy i związki mineralne. Wprawdzie biały ryż ma prawie nieograniczoną przydatność do spożycia, ma jednak mało własnego charakterystycznego smaku i prawie żadnych substancji odżywczych.