**prìomh bhiadh le rus eaconamas dachaigh**

**Risotto le hama is coiridh**

**Stuthan**

 sìoltachan

 pana meadhanach

 spàin fhiodha

 siuga tomhais

 sgian lusan

 sgian le lann chruinn

 truinnsear

1 uinnean

4 balgain-buachair (mu 50g)

25g margarain

100g rus fada (mu 4 spàinean mòra)

150ml uisge goileach + ½ ciùb stoc hama

1 X 5ml spàin pùdar coiridh

75g hama bhruich

25g peasraichean (1 spàin mhòr) à tiona

25g coirce Innseanach (1 spàin mhòr) à tiona

25g pìosan anainn (1 spàin mhòr) à tiona

**Sgeadachadh**

½ tomàto & peirsill ùr

**Uidheaman**

**Dè dh’fheumas mi?**

**Dè nì mi?**

**1.** Rùisg an t-uinnean agus geàrr e na phìosan beaga.

**2.** Rùisg (ma dh’fheumas tu) na balgain-buachair.

**3.** Leagh am margarain ann am pana agus fraighig an t-uinnean agus na

balgain-buachair gu socair airson 2-3 mhionaidean.

**4.** Cuir ann an t-uisge goileach, ciùb stoc agus pùdar coiridh agus thoir chun a’ ghoil e.

**5.** Cuir sìos an teas, cuir ceann dhan phana agus bruich gu socair airson 30 mionaid no gus am bi e air an t-uisge air fad a shùghadh.

**6.** Geàrr a’ hama agus an t-anann ann an ciùban beaga. Cuir iad seo, na peasair agus an t-arbhar-milis còmhla ris an rus agus cuir mun cuairt gu math.

**7.** Tog le spàin agus cuir ann an soitheach blàth e agus sgeadaich le tomàto agus

peirsill.