



Recetas

Arroz frito Japonés

En la cultura asiática, el arroz frito o salteado, es un plato completo y muy popular.

Lo vemos en la gastronomía china, tailandesa, indonesia, vietnamita, malaya y por supuesto, en la japonesa.

Es una receta de aprovechamiento, que surge de los restos de arroz ya cocido con anterioridad.



Fácil



2 Horas



Cocina



4-5



Ingredientes

- 3 Tazas de arroz blanco parboiled
- 3 Huevos
- 2 Cebollas blancas
- 1 Zanahoria
- 1 Ramillete de Cebollín
- 1 Limón
- 1 Pechuga de pollo deshuesada
- Aceite de ajonjolí
- Salsa de soya
- Sal Bahía Refinada Fina
- Pimienta negra
- Semillas de ajonjolí
- Mantequilla japonesa

Utensilios

- 1 Wok o caldero
- 1 Olla con tapa
- 1 Bowl
- 1 Cuchillo de chef
- 1 Tabla para picar
- 1 taza de medir
- 1 Paleta para remover
- Guantes de temperatura

Preparación

- En el bowl lava 3 tazas de arroz blanco hasta que el agua quede transparente, colócalo en la olla y por cada taza de arroz agrega 1,5 tazas de agua, cocina a fuego alto hasta que el agua hierva, luego lo tapas y lo dejas cocinar a fuego bajo hasta que el arroz esté listo, luego lo apagas, lo dejas enfriar y lo reservas.
- Pica 2 cebollas blancas en cuadritos, 1 zanahoria, 3 tallos de cebollín, exprime el jugo de 1 limón y reserva todo.
- Calienta el wok y agrega 2 cucharadas de aceite de ajonjolí.
- Adereza la pechuga de pollo con Sal Bahía Refinada Fina y pimienta negra; cocínala hasta que quede dorada, luego la picas en cuadritos pequeños y la reservas.
- Colócale más aceite de ajonjolí al wok, agrega los 3 huevos previamente batidos, cocínalos hasta que estén en su punto y los reservas.
- Vierte más aceite de ajonjolí en el wok, cuando este bien caliente, salteas la cebolla, la zanahoria, colocas el pollo, agregas el jugo de limón, incorporas el arroz, los huevos, le agregas 3 cucharadas de nuestra deliciosa Mantequilla Japonesa, lo fríes hasta que quede bien dorado, lo apagas, le agregas el cebollín, las semillas de ajonjolí y salsa de soya al gusto.
- Acompáñalo con nuestra rica Ensalada Japonesa y con sake japonés o una cerveza bien fría, buen provecho!!!