PLATO DE FONDO

ARROZ CASI CHAUFA

Valen Mac Quliffe

Ingredientes:

- 2 pechugas de pollo
- Soya
- Aceite de oliva
- 3 cebollines
- Pimentones de 3 colores
- 4 o 5 espárragos cortados
- 3 tazas de arroz graneado

Preparación:

- Dorar 2 pechugas de pollo cortadas en cubos o tiritas. Cuando estén hechas, le agregas un chorro de soya. Lo pones en un bowl.
- En el mismo sartén o Wok poner un poco más de aceite de oliva y cuando esté caliente y a fuego bien fuerte, poner 3 cebollines cortados en diagonal. Saltear y cuando estén dorados, agregar un chorro de soya.
- Hacer lo mismo con pimentones de 3 colores y luego con 4 o 5 espárragos cortados.
- Poner todo junto en el wok con 3 tazas de arroz graneado, agregar soya y disfrutar