



ARROZ SALTEADO

 Porciones: 2  Tiempo de preparación 30 minutos

INGREDIENTES

- 1 tza de arroz
- 1/2 brócoli
- 2 tzas de ejote
- 2 dientes de ajo machacados
- 90 g de Margarina La Villita, sin sal
- 1 cebolla pequeña picada
- 2 vasos de agua hirviendo
- 1 cda de sal
- 2 filetes de pechuga de pollo

MODO DE PREPARACIÓN

Remoja el arroz por 3-4 horas, pasado el tiempo de remojo del arroz, pica la cebolla y sofríela en una sartén con margarina. Cuando esté transparente, añade el agua caliente con cuidado y condimenta con sal al gusto.

Justo después de añadir el agua caliente, agrega el arroz, sube la temperatura del fuego y espera a que hierva. Una vez que empiece a hervir, deberás cocinar el arroz a fuego medio, agregando también los dientes de ajo pelados.

Mientras se cocina el arroz, aprovecha para lavar y cortar el brócoli y los ejotes. Una vez que el agua empiece a hervir añádelos con el arroz. Deja cocinar durante 15-20 minutos. Una vez que no quede agua, apaga el fuego y deja el arroz tapado durante 10 minutos más.

Aparte, cuece el pollo y deshébralo o córtalo en tiras o cubos, como prefieras y saltéalo en una sartén con margarina. Una vez listo el arroz, lo servimos junto el pollo asado, revolvemos y a disfrutar.

 LaVillitaMX  @LaVillita