COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web



# Arroz frito japonés

*Receta para 2 raciones*

Preparación: 15 min
Total: 1 h
Dificultad: Fácil

## INGREDIENTES

- [ ] 140 gramos Arroz redondo
- [ ] 1 pastilla Caldo de verduras
- [ ] 50 gramos Cebolla
- [ ] 70 gramos Guisantes
- [ ] 50 gramos Zanahoria
- [ ] 1 huevo Huevo
- [ ] 70 gramos Pollo
- [ ] 120 gramos Gambas peladas
- [ ] 2 cdas Salsa de soja
- [ ] 2 cdas Aceite de oliva virgen extra
- [ ] 1 cdta Pimienta negra

## PREPARACIÓN

**1.** Para comenzar con la receta, hervimos el arroz en el caldo de verduras durante unos 12-15 minutos. Si prefieres, también puedes utilizar caldo de pollo. Nosotros hervimos el arroz en una arrocera de microondas. Las medidas que usamos para dos personas son 1 taza de arroz por 2 tazas de agua.

**2.** Escurrimos bien el arroz y lo dejamos enfriar. Una vez a temperatura ambiente lo guardamos en el frigorífico hasta el día siguiente. También puedes hacer este plato al momento sin dejar que sea de un día para otro.

**3.** Al día siguiente o, en caso que lo hagas al momento, dejamos que el arroz coja la temperatura del ambiente y seguimos con la receta. Vamos removiendo el arroz durante este rato para que no se seque y no se quede pegado.

**4.** Mientras, cortamos la cebolla y la zanahoria en juliana muy delgaditas. Cortamos también el filete de pollo en tiras pequeñas o en cuadraditos.

---

**5.** Mientras coge la temperatura ideal, preparamos las verduras que lo acompañan. Utilizaremos un wok, pero puedes usar también una sartén. Ponemos en el wok un poco de AOVE y doramos la cebolla un poco junto a la zanahoria. Ponemos el fuego a temperatura media.

---

**6.** Después, añadimos el pollo para que coja color. Una vez esto ocurra, incorporamos los guisantes y removemos. A continuación, incorporamos las gambas y dejamos que se cocine todo unos 3 minutos más. Vamos removiendo.

---

**7.** Seguidamente, añadimos el huevo y sin parar de remover y con el fuego medio-bajo, vamos dejando que se cuaje mientras queda separado al estilo "huevos rotos". Inmediatamente añadimos el arroz y removemos para que los granos de arroz vayan separándose entre ellos y se mezclen con el resto de ingredientes ya del Wok.

---

**8.** Cuando se hayan integrado todos los ingredientes, añadimos la salsa de soja y removemos bien. Después, añadimos la pimienta negra. Removemos de nuevo. No hace falta ponerle sal ya que con la salsa de soja nos quedaría demasiado salada la receta.

---

**9.** Servimos en el plato. Para decorar, podemos picar un poco de cebollino y lo ponemos por encima. Este un detalle muy típico oriental. Y ya lo tenemos listo! ¡Qué aproveche!