



## Arroz con verduras y huevo

CATEGORÍA: PLATO PRINCIPAL

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 35 MINUTOS

8 PORCIONES

### Ingredientes:

- 1 cucharadita de aceite
- 2 huevos batidos
- 1 paquete (16 onzas) de vegetales al estilo asiático congelados, o 1 libra de vegetales frescos (como zanahorias, cebollas, brócoli, chícharos o calabacín)
- 3 tazas de arroz cocido
- 1 cucharadita de ajo en polvo o 4 dientes de ajo
- 1/4 cucharadita de jengibre molido
- 1 taza de tofu cocido cortado en cubitos (puede usar pollo o cerdo si lo prefiere)
- 2 cebollines finamente cortados
- 4 cucharadas de salsa de soja o salsa picante (opcional)

### Instrucciones:

1. Caliente aceite en una sartén grande a fuego medio-alto (350 °F en una sartén eléctrica). Añada los huevos y revuelva. Retire los huevos cocinados y déjelos a un lado.
2. Añada una pequeña cantidad de agua a una cacerola y cocine las verduras hasta que estén tiernas y crujientes.
3. Añada el arroz cocido, ajo en polvo y jengibre molido y revuelva hasta que estén completamente calientes, presionando contra la cacerola para eliminar los grumos.
4. Añada el pollo cocinado y sofría hasta que esté caliente.
5. Añada los cebollines y los huevos que dejó a un lado, y caliente hasta que estén completamente cocinados.
6. Sirva con salsa de soja o salsa picante.
7. Refrigere las sobras dentro de las siguientes 2 horas.