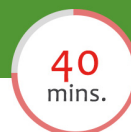




Arroz Roa pollo y vegetales con plátano verde



Preparación



Cocción



Porciones



Dificultad

Ingredientes

1 Sobre de arroz Pollo y Vegetales
Agua
Aceite
250 gr pechuga de pollo
50 gr de habichuelas

1 Zanahoria
1 Cebolla
50 gr de arvejas
½ Pimentón rojo
1 Plátano verde

Preparación

- 1 En una olla coloque 2 ½ tazas de agua y 2 cucharadas de aceite (Tazas de 250 cm³).
- 2 Una vez haya hervido el agua agregue el contenido del sobre.
- 3 Revuelva para que se incorporen los ingredientes. Tape la olla y coloque a temperatura baja durante 35 minutos.
- 4 Retírelo, revuélvalo nuevamente y deje reposar con la olla tapada por 5 minutos. (NO ES NECESARIO AGREGAR SAL).
- 5 Por otro lado cocine la pechuga de pollo que le quede de muy buen sabor y desméchela. Pique todas las cebollas, pimentón y zanahoria en cuadros pequeños y las habichuelas de 2 milímetros de ancho. Ponga a sofreír las verduras picadas juntos las arvejas.
- 6 Agregue después el pollo y mezcle con el arroz. Para sus hijos esta es una idea muy creativa. Corte a lo largo el plátano verde y sofríalo. Esta es una forma práctica que a sus hijos les encantará.



El Señor Arroz de los Sabores

Arroz ROA © 2017. Todos los derechos reservados