

HUEVOS CON ARROZ AL ESTILO ORIENTAL

PARA 6 PERSONAS

Atomizador de aceite vegetal para cocinar

1 cucharadita de mantequilla o aceite

1/4 de taza de cebolla picada

1/4 de taza de apio finamente rebanado

1/4 de taza de hongos, zanahorias o calabacitas, picadas

3 tazas de arroz previamente cocinada

2 cucharaditas de salsa de soya

6 huevos grandes

1/4 de taza de agua



Preparar los vegetales: Pelar y picar la cebolla, lavar y rebanar el apio, lavar y preparar los demás vegetales, como picar los hongos, pelar y rebanar las zanahorias o picar las calabacitas.

Cubrir el interior de un sartén con el aceite vegetal de atomizador. Agregar el aceite y prender la estufa a fuego mediano. Cocinar la cebolla a que se dore de 2 a 3 minutos. Agregar los demás vegetales y cocinarlos hasta que empiecen a suavizarse, de 1 a 2 minutos más. Agregar el arroz y la salsa de soya y mezclar muy bien.

Acomodar el arroz a que quede parejo en el sartén. Usando la parte de atrás de una cuchara, hacer seis huecos en el arroz. Quebrar un huevo en cada hueco. Vertir el agua sobre el arroz, tapar el sartén y reducir el fuego a bajo. Cocinar a que los huevos queden, de 5 a 6 minutos. Servir el arroz con 1 huevo por persona.

