

Arroz asiático con verduras

Ingredientes para el recipiente Varoma:

- 1 pimiento verde cortado en juliana
- 1/2 pimiento rojo cortado en juliana
- 250 g de champiñones laminados
- 120 g de zanahorias cortada en juliana

Ingredientes para el arroz blanco:

- 50 g de aceite de oliva
- 2 dientes de ajo
- 800 g de agua
- 10 g de sal
- 350 g de arroz

Ingredientes para el sofrito:

- 1 diente de ajo
- 1 trozo pequeño de jengibre fresco pelado
- 70 g de aceite de Oliva
- 70 g de beicon cortado en tiras
- 200 g de cebolla cortada en juliana
- 200 g de brotes de soja
- 100 g de salsa de soja
- 1/2 cucharadita de curry en polvo
- 1 pellizco de colorante
- 1 pellizco de pimentón
- 1 pellizco de pimienta de cayena molida

Preparación:

1. Coloque los pimientos en el recipiente Varoma, y los champiñones y las zanahorias en la bandeja superior. Tape y reserve.

Arroz blanco:

2. Ponga en el vaso el aceite, los ajos y sofría **5 min/ 100º/ vel 2**.
3. Agregue el agua y la sal. Introduzca el cestillo con el arroz en el vaso y programe **16min/Varoma/vel 4**. . Introduzca la espátula por el bocal y remueva el arroz 1 ó 2 veces durante la cocción. Cuando falten 8 minutos para terminar el tiempo, sitúe el recipiente Varoma con las verduras en su posición. (Las verduras deben quedar al dente.)



4. Vierta el arroz en un bol grande y reserve. Deje las verduras en el recipiente Varoma para que escurran todo el líquido.

Sofrito:

5. Ponga en el vaso el ajo y el jengibre y programe **3 seg /vel 5**. Retire del vaso y reserve.
6. Añada el aceite y programe **2 min/Varoma/vel 1**.
7. Incorpore el beicon y sofría **5 min/ Varoma/ vel 1** sin poner el cubilete para facilitar la evaporación.
8. Agregue la cebolla y las verduras ralladas reservadas en el paso 5. Programe **5 min/ Varoma/ giro izquierda/ vel 1**
9. Añada los brotes de soja, la salsa de soja, el curry, el colorante, el pimentón y la cayena. Rehogue **3 min/ Varoma/ vel 1**
10. Vierta en el bol sobre el arroz, agregue las verduras del Varoma y mezcle con la espátula. Sirva como plato único o como acompañamiento.

Raciones: 6 personas

Tiempo: 45 minutos



thermomix

ANA PARRA
<http://thermomix-sabadell.es/parra/>