



Nasi Goreng con Pollo Teriyaki

Autor: Jorge López, Alumno del Curso Superior en Cocina y Pastelería

NASI GORENG CON POLLO TERIYAKI

Ingredientes:

- Arroz Basmati (70g seco x1p)
- Pollo solomillo pechuga fresco (100gx1p)
- Curry en polvo (½ cucharada x1p) (
- Soja dulce (5ml x1p) (1,35€)
- Salsa Teriyaki (10ml x1p) (1,50€)
- Maggi Salsa de soja (10ml x1p)
- Sambal "Mermelada de chilis" (½ cucharada x1p)
- Ajo (1 dientes x1p)
- Cebolleta (¼ x1p)
- Zanahoria (½ x1p)
- Apio (1/8 x1p) (
- Cilantro (5g x1p)
- Huevos (1 frito x1p)

Preparación:

1. Lavamos las verduras y pelamos. Posteriormente cortamos en brunoise, la cebolla, la zanahoria, el ajo, el cilantro y el apio. Cortaremos en juliana la cebolleta y el chilli.
2. Comenzamos añadiendo aceite al wok expandiéndolo de forma uniforme.
3. Agregamos el ajo, el curry y el sambal.
4. Continuamos añadiendo las verduras; la zanahoria, cebolla y apio. Una vez veamos que está todo bien mezclado agregamos el cilantro.
5. Agregamos arroz, el cual fue cocido con antelación. El arroz ha de estar frío para agregarlo.
6. Mezclamos y cuando obtengamos un color amarillento agregamos la soja dulce y el maggi.
7. Por último agregamos la cebolleta y en unos minutos tendremos listo nuestro arroz.
8. Mientras todo lo anterior se hacía tenemos que tener atención a cocinar el pollo y el huevo. El pollo está cocinado con sal, un poco de jugo de limón y salsa de soja dulce con un poco de miel.