RecetaKA

ARROZ CUATRO ESTACIONES



Ingredientes para 4 personas: 300 g de arroz jazmín / 250 g de jamón cocido / 250 g de gambas peladas / 2 zanahorias / 200 g de guisantes / 4 huevos / 2 dientes de ajo / 750 ml de caldo de verdura / 1 cebolleta / aceite vegetal / soja / glutamato monosódico / pimienta blanca / sal



Elaboración

1. Poner agua en una cazuela, cuando hierva añadir los guisantes. Cocer 18 minutos. Reservar
2. Sellar el arroz en un poco de aceite con dos dientes de ajo. Una vez sellado añadir el caldo caliente y cocinar aproximadamente 18 minutos
3. Escurrir el arroz.
4. Batir los huevos con un poco de sal, poner una sartén al fuego con un poco de aceite, cuando este caliente añadir los huevos y cuajar la tortilla, reservar
5. En una cazuela poner un poco de aceite, echar los dientes de ajo y la cebolla picados, dejar hasta que estén pochados, echar las gambas peladas y les damos unas vueltas, añadir el jamón cocido partido en taquitos y cocinar aproximadamente unos minutos.
6. Añadir el arroz , los guisantes y la tortilla francesa cortada en trocitos, apagar el fuego y remover
7. Servir tibio o frio

Red de Escuelas de Cocina Infantil

Nota: *Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres* ***supervisen, ayuden y se diviertan*** *cocinando con los niños*

Red de Escuelas de Cocina Infantil