

LA COCINA DEL ARROZ

ENSALADA DE ARROZ

Porción: 8 personas

Ingredientes

4 tazas de arroz cocinado a la manera usual con 1 cubito de caldo de carne
2 naranjas picadas

2 tazas de piña picada en cuadritos (de tarro o frasco)

4 manzanas picadas con cáscara

1 taza de uvas pasas

1 taza de coco fresco rayado grueso

1 porción de jugo de 1 limón

2 cajitas de yogurt con dulce

1/2 taza de hierbabuena fresca picada

Preparación

Mezclar el arroz con la naranja, la piña, la manzana, las uvas pasas, el coco fresco, el jugo de limón, las dos cajitas de yogurt y la hierbabuena. Colocar en un recipiente y llevar a la nevera durante 1 hora. Ideal para climas cálidos o para buffet

ARROZ MARROQUÍ

Porción: 8 personas

Ingredientes

2 tazas de arroz cocinado a la manera usual

1 taza de uvas pasas

1/2 taza de albaricoques secos y picados

1/2 taza de aceite

2 pechugas de pollo, crudas y deshuesadas

2 zanahorias en palitos delgados

2 calabacines con cáscara partidos en cuadritos

1/2 cucharadita de pimienta

1/2 cucharadita de comino en polvo

1/2 cucharadita de semilla coriandro en polvo

1/2 cucharadita de nuez moscada

1/2 cucharadita de canela en polvo

1/4 cucharadita de cardamomo

1/4 cucharadita de clavo en polvo

1 cucharada de azafrán

2 cucharadas de perejil

2 cucharadas de cilantro

2 tazas de agua

2 tarros de garbanzos bien escurridos

1 cucharada de maizena

2 cucharadas de caldo granulado de gallina

4 tomates maduros pelados y picados

2 cucharadas de hierbabuena

Preparación

Cocinar el arroz a la manera usual añadiéndole una cebolla rallada y dos cucharadas de caldo granulado de gallina.

Mezclar el arroz con las uvas pasas y los albaricoques. Calentar el aceite con las 2 cucharadas restantes de granulado y freír con él las pechugas. Luego retirar y partir en cuadritos. Añadir al aceite las zanahorias, el calabacín, los aliños, el agua y los tomates. Dejar hervir hasta que se ablanden ligeramente las verduras. Agregar la maizena disuelta en 1/4 de taza de agua y dejar espesar. Mezclar con los garbanzos y el pollo frito. Después colocar el arroz en la bandeja en que se va a servir, verter por encima la mezcla de pollo y rosear con el cilantro el perejil y la hierbabuena.

ARROZ IMPERIAL

Porción: 8 personas

Ingredientes

*6 tazas de arroz cocinado
a la manera usual*

*2 tazas de apio picado
finito*

*3 pimentones rojos
cortados en tiritas*

*2 tazas de champiñones
cortados en laminas*

2 tazas de raíces chinas

3 pechugas de pollo crudas deshuesadas

1/2 libra de chuletas de cerdo ahumadas picaditas

1/2 taza de aceite

2 cucharadas de caldo granulado de gallina

1 taza de salsa de soya

2 huevos

1 cucharada de mantequilla

Preparación

Dorar las verduras en 1/4 de taza de aceite caliente, dejándolas ligeramente vidriosas. Añadir las raíces chinas al final.

Freír las pechugas en 1/4 de taza de aceite con el granulado de gallina, partir en cuadritos y añadir las chuletas dejándolas dorar.

Poner en una refractaria una capa de arroz, rosear un poco de soya, una capa de verdura, una de carne y así hasta terminar.

Hacer tortillas delgadas con la mantequilla y los huevos, cortar en tiritas y adornar con ellas el arroz. Al final taparlo con papel aluminio y calentar en el horno a 375 grados durante 40 minutos.

ARROZ A LAS FINAS HIERBAS

Porción: 8 personas

Ingredientes

4 tazas de arroz con un cubito de caldo de carne

1 y 1/2 taza de apio picado finito

1/2 libra de espinacas lavadas y picadas finitas

1 cucharada de hierbabuena, lavada y picada finita

2 cucharadas de cebolleta picada finita

1 cucharada de cilantro picado finito

3 cucharadas de mantequilla

Preparación

Derretir la mantequilla y añadir las verduras crudas y picadas. Revolver con frecuencia para que no se pegue. Cuando las verduras pierdan un poco de vidriosidad, se deben mezclar con el arroz de manera uniforme.

ARROZ DE MANZANA

Porción: 6 personas

Ingredientes

2 tazas de arroz que se cocinan en 3 y 1/2 tazas de agua

1/2 taza de vino blanco

4 cucharadas de mantequilla

1 cucharada de sal

1 taza de nueces

1 taza de apio picadito

2 tazas de manzana verde, pelada y picada en cuadritos

4 cucharadas de panela rallada

2 cucharadas de sal de soya

2 huevos

1 manzana roja con cáscara, cortada en casquitos delgados.

Preparación

Derretir la mantequilla con la manzana picada en cuadritos y la panela, cocinar ligeramente. Añadir el arroz ya seco, la salsa de soya, las nueces, los huevos batidos, el apio y revolver bien estos ingredientes.

Forrar un molde (paredes y fondo) con papel parafinado y enmantequillar de manera uniforme. Poner en el fondo los casquitos de manzana y luego el arroz.

Antes de servir, llevar al horno precalentado a 375 grados durante 1/2 hora. Finalmente desmoldar en la bandeja en que se va a servir. Especial para acompañar cerdo y pavo.

