

Fideos de arroz con pollo y verduras alteadas.

Rinde para: 4 personas

Ingredientes:

3 pechugas de pollo.

250 gramos de cintas de arroz.

¼ pimiento rojo.

¼ pimiento verde.

1 zanahoria.

1 cebolleta (cebollín)

2 Cucharadas de ajo fresco.

2 Cucharadas de salsa de ostras.

2 Cucharadas de salsa de soja oscura.

2 Cucharadas de salsa de chile dulce.

2 Cucharadas de vino de arroz.

1 Cucharada de fécula de maíz.

1 Cucharada de aceite de sésamo.

1 Cucharada de agua.

Pimienta al gusto.

Aceite vegetal

Preparación:

- Limpiar el pollo, eliminar restos de grasa y membranas.
- Cortarlo en tiritas y colocarlo en un bol.
- Aderezar el pollo con, salsa de chile dulce, salsa de soja, salsa de ostras, vino de arroz, fécula de maíz, pimienta.
- Macerar el pollo por 30 minutos.
- Cortar los vegetales (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolleta) en tiritas o rebanadas finas.
- En un bol agregar suficiente agua hirviendo que cubra los fideos, colocar en el agua los fideos de arroz y dejarlos 10 minutos.
- En un bol agregar un poco de aceite, saltear los trozos de pollo y reservarlos aparte.
- En el bol agregar otro poco de aceite, sofreír ligeramente un poco de ajo, agregar los fideos escurridos.
- Aderezar los fideos con la salsa de ostras y soja, revolver para integrar los sabores.
- Agregar todos los vegetales y sofreír hasta que estén crujientes.
- Agregar el pollo salteado también.
- Revolver bien para unir los sabores, servir caliente.