

una pizca de Luna



ARROZ CON SALCHICHAS

Instrucciones:

1. En una sartén, agregar el aceite del que prefieras, una vez caliente, añadir la cebolla y el pimentón picado, saltear durante unos minutos hasta que estén ligeramente suaves.
2. Incorpora la salchicha cortada en rebanadas y saltear por unos minutos más. Agregar el arroz previamente lavado y mezclarlo con los demás ingredientes, salteando ligeramente.
3. Añadir la ½ taza de salsa de tomate (ojo, no es ketchup, es salsa con puro tomate, passata) y mezclar bien.
4. Incorporar los guisantes congelados, el caldo de pollo o de vegetales, y la sal y mezclar todo.
5. Colocar una hoja de laurel, tapar y cocinar a fuego medio-bajo durante aproximadamente 15 minutos, o hasta que el arroz esté cocinado y listo para servir y disfrutar.



Ingredientes:

- 2 cucharadas de aceite
- 1 cebolla, picadita
- 1 pimentón, picado
- 6 salchichas de pollo, pavo o res, cortada en rebanadas, ver nota
- 1 taza de arroz basmati, lavado
- 1 taza de guisantes, congelados
- 2 tazas de caldo de pollo o vegetales o agua
- 1 hoja de laurel
- ½ taza de salsa de tomate, ver nota
- 1 cucharadita de sal

Notas:

*Las salchichas pueden ser de pollo, pavo o res, la que tengas. Como tip, intenta elegir opciones con ingredientes más simples y, si es posible, sin nitratos o nitritos añadidos.

*La salsa de tomate, no es ketchup, es salsa con puro tomate, como la passata, puede llevar hierbas italianas o ajo.