Arroz salteado con mariscos y vegetales

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Mejillones Pelados: 100 g
Cayos de vieiras: 100 g
Tubos de calamar limpios: 100 g
Arroz blanco grano largo fino cocido: 100 g
Perejil fresco:
Aceite: Cantidad necesaria
Langostinos frescos enteros: 6 Unidades
Berberechos: 100 g
Zanahoria: 200 g
Cebolla de verdeo: 1 Unidad
Almejas cocidas y sin sus valvas: 100 g
Cebolla: 200 g
Camarones: 100 g
Chauchas: 200 grs.

Preparación de la Receta

- Corte la *zanahoria* y las chauchas en pequeños cubos.
- Pele la *cebolla* y pique junto con la *cebolla* de verdeo.
- Pique el *perejil*.
- Coloque en el wok un chorrito de aceite neutro y cuando esté bien caliente agregue los mariscos
- Lleve a una cocción muy fuerte y luego de un par de minutos retire y coloque en un plato.
- Añada una cucharada de aceite en el wok y una vez que el aceite está bien caliente, agregue la *zanahoria* y las chauchas cortadas en *brunoise* y cocinar durante 2 minutos.
- Agregue la *cebolla* picada y cocine otros 2 minutos
- Añada la *cebolla* de verdeo y cocine 1 minuto más.
- Luego de tener los vegetales bien al dente, agregue el **arroz** *cocido* y los mariscos ya cocidos que estaban reservados
- Condimente con *ajinomoto*, sal y pimienta a gusto
- Saltee constantemente hasta obtener el *arroz* bien desgranado y tostado.
- Termine con salsa de soja y aceite de *sésamo*

Presentación

- Presente en un plato el *arroz* salteado y servir los *langostinos* por encima.
- Espolvoree con *perejil* picado.

Nota

- Toda la cocción deberá realizarse con movimientos circulares constantes y salteando
- Esto evitará que se quemen las puntas de las verduras, y que se deshidraten demasiado.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/arroz-salteado-con-mariscos-y-vegetales