

Chop Suey

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Arroz

Manteca: 50 g

Cebolla: 1 Unidad

Sal y Pimienta: A gusto

Arroz Carnaroli: 1 Taza

Caldo De Ave: 2 Tazas

Chop suey

Berenjena: 1 Unidad

Cebolla: 1 Unidad

Aceite: 50 cc

Granos de choclo: 100 g

Pechugas de pollo: 2 Unidades

Apio: 2 Ramas

Pimienta: A gusto

Jengibre: A gusto

Caldo De Ave: 1 Taza

Salsa de soja: 4 cdas.

Pimiento verde: 1 Unidad

Hongos frescos: 100 g

Nabo: 1/2 Unidad

Zanahoria: 1 Unidad

Pimiento colorado: 1 Unidad

Preparación de la Receta

Arroz

- Corte la *cebolla* en plumas.
- En una sartén caliente con la mitad de la *manteca* rehogue la *cebolla* y condimente con sal.
- Incorpore el *arroz* y deje nacrar.
- Deje cocinar durante 12 minutos agregando caldo caliente poco a poco.
- Agregue la *manteca* restante, sal, pimienta y mezcle bien.

Chop suey

- Deshuese las pechugas de *pollo*, retire su piel y corte su carne en tiras finas.
- Corte los pimientos, la *berenjena*, el *nabo*, la *zanahoria* y el *apio* en tiras finas.
- Corte la *cebolla* en plumas.
- Retire el tallo de los *hongos* y luego corte en tiras
- Pele y ralle el *jengibre*.
- En el wok caliente con el aceite dore las tiras de *pollo* durante 7 minutos y condimente con pimienta.
- Incorpore el *nabo*, los pimientos, la *zanahoria*, la *berenjena*, el *apio*, la *cebolla* y saltee durante 3 minutos
- Agregue el caldo, la salsa de soja y deje reducir unos minutos.
- Añada los *hongos*, el *jengibre*, los granos de *choclo* y deje cocinar 3 minutos más.

Presentación

- En el centro de una fuente sirva el *arroz* con la ayuda de un molde, alrededor sirva el chop suey.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/chop-suey>