



## Ensalada de arroz

- Arroz basmati 1 taza/ persona.
- Cebolla dulce.
- Guisantes.
- Judías verdes.
- Zanahoria.
- Muslos de pollo/ atún.
- Sal.
- Aceite de oliva virgen.
- Salsa teriyaki opcional para quien la tome con pollo.

1- En agua hirviendo con sal y un chorrito de aceite echamos el arroz y cocemos durante 11 minutos. Colamos, lo pasamos por agua fría y lo dejamos escurrir.

2- Cocemos las judías, los guisantes y la zanahoria. No hemos puesto cantidades pues depende del gusto de cada uno.

3- Cortamos la cebolla en cuadrados pequeños.

4- Asamos los muslos de pollo y los partimos en trozos pequeños.

5- En una fuente mezclamos el arroz, las verduras y el pollo/ atún.

6- Añadimos la salsa teriyaki.