



## Arroz agridulce con mandarina

**Ingredientes** - Para 2 persona(s)

- 2 Taza(s) de Arroz
- 3 Cucharada(s) de Quinoa
- 2 Diente(s) de Ajo
- 1 Ud. de Mandarina
- 1 Puñado(s) de Cebollino, crudo
- 1/4 Ud. de Pimiento rojo, crudo
- Salsa de soja
- Salsa agridulce
- Aceite de se

### Preparación

Paso 1 - Preparar el arroz y la quinoa

Yo he utilizado una *vaporera* para cocer el arroz y la quinoa, pero podéis hacerlo hervido. El tiempo de cocción de los cereales suele ser 15 o 20 minutos, pero consultad en el envase del fabricante. Si son 15 minutos podéis hervirlos junto con el arroz. Añadid un trocito de piel de naranja a la cocción para que coja el aroma.

Paso 2 - Cortar los ingredientes

Mientras se prepara el arroz picaremos el ajo y el cebollino. El pimiento rojo lo podéis cortar a en tiras finas. También cortaremos los gajos de mandarina por la mitad.

Paso 3 - Hacer el salteado

Ponemos un chorrito de aceite de sésamo en un *Wok* (podéis utilizar aceite de girasol o de oliva sino encontráis de sésamo). Cuando el aceite esté caliente, añadiremos el ajo y, una vez dorado, añadimos el resto de verduras y salteamos a fuego alto durante un minuto.

Ahora añadimos la mandarina, un chorrito de salsa de soja y otro chorrito generoso de salsa agridulce. Lo dejamos 30 segundos y añadimos el arroz con la quinoa, lo mezclamos bien y paramos el fuego.

**Nota:** *El secreto de un buen salteado es la potencia del fuego. Los alimentos se saltean durante muy poco rato pero a una temperatura muy alta, esto es lo que da esa textura crujiente a las verduras de un salteado oriental. Lo ideal sería comprar un fuego especial para cocinar con Wok pero sino podéis recordad poner el fuego lo más alto posible.*