

One Pot Kimchi Fried Rice

con Bok Choy y Alioli de Sriracha

holaVeggie



🕒 40 minutos

📊 Fácil

🏷️ Sabores Asiáticos

🏷️ La Elección del Chef

Una exquisitez de origen asiático para la cual solo vas a necesitar una olla. Ideal si estas buscando una explosión de sabor, sin tener que limpiar mucho al terminar de cocinar. Esta combinación de verduras, hongos y arroz es fácil de preparar y además baja en calorías. Finalizamos con el aderezo de sriracha y mayonesa ¡y listo!

Contiene: Frutos Secos • Gluten • **Ingredientes Picantes**

Producido en instalaciones que procesan nueces, sésamo, maní, trigo, lácteos y soja.

Ingredientes en la caja



champiñones

180
gr



zanahoria

1
un



bok choy o veggie de
estación

180
gr



sriracha

1
cda



arroz integral

120
gr



mayonesa
vegana
¼
taza



cebolla de
verdeo
1
un



kimchi de repollo
vegano
150
gr



jengibre
fresco
30
gr



dientes
de ajo
2
un

Ingredientes en casa

- ✓ Sal
- ✓ Aceite de Oliva
- ✓ Pimienta

Utensilios

- ✓ Sartén
- ✓ Olla
- ✓ Bowl pequeño

Nutrición por porción: Calorías 470 kcal, Grasas 22 g, Carbohidratos 59 g, Proteínas 12 g

Cocinando para
4

Ingredientes listados para 2 porciones - si estás preparando 4 porciones, recibirás el doble de ingredientes. Las indicaciones para 4 porciones están expresadas entre paréntesis en el paso a paso de la receta.

Comé más plantas. 🌱

One Pot Kimchi Fried Rice

con Bok Choy y Alioli de Sriracha



1

1 – COCINÁ EL ARROZ

- Leé la receta antes de comenzar a cocinar.
- Enjuagá el **arroz integral**, agregalo a una sartén grande con abundante agua fría y llevalo a ebullición a fuego fuerte. Cuando hierva, reducí el fuego a medio y cociná durante 25 minutos o hasta que esté tierno. Una vez cocido, escurrido y reservá.

Cocinando para
4

Si estás cocinando el plan de 4 porciones, seguí las indicaciones que están entre paréntesis en cada paso, y usá bowls, ollas y sartenes más grandes de ser necesario.



2

2 – PREPARÁ LOS INGREDIENTES

- Lavá y secá los **productos frescos**.
- Cortá los **champiñones** en rodajas finas.
- Pelá la **zanahoria** y cortala en rodajas finas.
- Picá finamente el **bok choy**.
- Pelá y picá el **ajo** finamente.
- Pelá y picá el **jengibre** finamente.
- Desechá los extremos de la **cebolla de verdeo** y picala finamente.



3

3 – HACÉ EL ALIOLI DE SRIRACHA

- Agregá **mayonesa** y tanto **sriracha** como desees (es un picante delicioso, usá a gusto) en un bowl pequeño y batí hasta que quede integrado.



4 – SALTEÁ LAS VERDURAS

- Una vez listo el arroz integral, calentá 1 (2) cucharada de aceite vegetal en la sartén grande vacía a fuego medio-alto. Agregá los **champiñones** y cociná hasta que estén ligeramente dorados, de 5 a 7 minutos.
- Agregá la **zanahoria**, el **bok choy**, el **ajo**, el **jengibre** y una pizca de sal y pimienta. Cociná hasta que la **zanahoria** esté algo tierna, de 3 a 4 minutos. Una vez listas, transferilas a un plato.



5

5 – FREÍ EL ARROZ

- Regresá la sartén a fuego medio-alto con 2 (4) cucharaditas de aceite vegetal. Agregá el **arroz integral cocido** y cociná hasta que comience a dorarse en algunos lugares, de 4 a 5 minutos.

PRO-TIP: Para que el arroz quede crujiente, no lo revuelvas demasiado.

- Agregá las **verduras salteadas** y el **kimchi** al **arroz frito** y revolvé. Cociná hasta que esté caliente, alrededor de 1 minuto.




6

6 – TERMINÁ, SERVÍ Y DISFRUTÁ

- Dividí el **arroz frito con hongos y kimchi** entre los platos y espolvoreá con la **cebolla de verdeo**. Finalizá con el **alioli de sriracha** y ¡a disfrutaaaaaar!

Esparcí el amor, compartí la comida

 holaveggiear

