

Pollo a la naranja con arroz frito



Ingredientes:

Ingredientes para 4 personas:

cuatro muslos y contramuslos de pollo

3 naranjas

300 grs de arroz

una cebolla

sal

pimienta

un poco de comino

un poco de tomillo

25 grs de mantequilla

aceite de oliva

Preparación:

Para preparar el pollo a la naranja con arroz frito se ponen un par de cucharadas de aceite en una cazuela baja y ancha y se rehoga bien el pollo. Salpimentar y dejar cocer aproximadamente unos 15 minutos a fuego medio.

Sacar el aceite para que el plato quede más ligero y añadir el zumo de dos naranjas y dejar cocer todo junto 5 minutos más.

El arroz se habrá puesto en remojo una hora y media o dos horas antes en agua tibia con un poco de sal.

Se saca del agua y se lava bien hasta que no suelte más almidón. Se escurre bien.

Pollo a la naranja con arroz frito

En una cazuela más ancha que alta se echa dos cucharadas de aceite de oliva y se sofríe bien sofrida una cebolla cortada a trocitos pequeños. Se añade el arroz y se sofríe un poc también.

Luego se echa la misma cantidad de agua que de arroz. Se añade sal, pimienta, comino y tomillo. Se tapa la cazuela y se deja a fuego medio hasta que se haya evaporado el agua.

Se añade entonces la mantequilla y se vuelve a tapar y se deja terminar de cocer sin fuego (al vapor que saca el arroz).

Después de 5 minutos, se remueve el arroz y se vuelve a tapar otros 5 minutos.

Se sirve el pollo acompañado del arroz y decorado con medias lunas de naranja.