



RISOTTO MIXTO DE KANIKAMA, POLLO Y VEGETALES

Ingredientes

- 2 Cucharadas de aceite de oliva
- 2 Tazas de arroz (preferentemente arbóreo)
- 1 Tableta de caldo de gallina MAGGI® EQUILIVE®
- 1 ½ Lt de Agua caliente
- 1 Ramita de finas hierbas (tomillo preferentemente)
- 1 Filete de pechuga de pollo cortada en cuadritos
- 2 Cebollines picados finamente (parte verde)
- 3/4 Taza de kanikama picado en cubos
- 1 Tarro de crema espesa NESTLÉ® (157 g)
- 3 Cucharadas de queso parmesano rallado
- Sal y pimienta a gusto
- ½ Tarro de palmitos picado en rodelas



Dificultad:
Alta



Porciones:
5



Tiempo:
40 minutos

Preparación

1.- En sartén de tamaño mediano, calienta las dos cucharadas de aceite de oliva y agrega el arroz. Saltea durante unos minutos hasta que el arroz tome temperatura, baja el fuego y mientras disuelve la tableta de caldo de gallina MAGGI® EQUILIVE® en el agua caliente indicada (1 ½ litro).

2.- Agrega un cucharón de caldo al arroz y revuelve constante hasta que evapore el líquido, agrega la ramita de fina hierba y repite el procedimiento hasta acabar el caldo y el arroz esté cocido dente. Esto debes hacerlo a fuego medio-bajo y demorará alrededor de 20 min.

3.- Aparte, calienta otra sartén con un toque de aceite de oliva. Agrega el pollo y saltea durante unos minutos hasta dorarlo levemente. Agrega el cebollín y continúa cocinando a fuego medio, agrega el kanikama y condimenta la preparación con un toque de sal y pimienta a gusto. Cocina hasta cocer el pollo completamente. Una vez listo, agrega la preparación al arroz y revuelve hasta juntar. A fuego medio, agrega la crema espesa NESTLÉ® y el queso parmesano y los palmitos. Remueve y sirve de inmediato.

Información Nutricional

Energía:	450 Kcal
Proteínas:	19.6 g
Grasa Total:	20.8 g
Colesterol:	65.0 mg
H. de Carbono:	41.7 g
Fibra Dietética:	0.50 g
Sodio:	400 mg