



ARROZ BASMATI CON PAK CHOI Y CEBOLLA CAMELIZADA

Ingredientes

- 280 gr de arroz basmati
- 2 pak choi medianos limpios y picados
- 2 cebollas cortadas a tiras finas
- 1 ajo pelado y laminado
- Sal marina
- Aceite de oliva virgen extra
- Cardamomo en polvo
- Jengibre
- Salsa de soja (opcional)

La cebolla se puede caramelizar en sus propios azúcares, pero si se quiere rematar el proceso dando un mayor toque dulce y un color más intenso, añadimos dos cucharadas de azúcar (blanco o moreno) y removemos durante dos o tres minutos más hasta que el azúcar ha desaparecido transformándose en más caramelo y oscureciendo la cebolla. También se puede añadir un poco de aceto de Módena o su reducción, consiguiendo interesantes notas ácidas que contrastan con la cebolla caramelizada.

Preparación

- 1°. Pon una olla con agua abundante y sal a hervir.
- 2°. Prepara todos los ingredientes tal y como se especifica en la lista.
- 3°. Mientras tanto, cuando el agua haya empezado a hervir, poner el arroz y cocer durante el tiempo que marque el envase. Una vez cocido, colar y reservar.
- 4°. Calienta el aceite de oliva en una sartén grande y pon la cebolla con una pizca de sal. Dejar cocinar la cebolla a fuego bajo, removiendo de vez en cuando, hasta que adquiera un tono bien dorado (este proceso puede durar unos 30 minutos, como mínimo).
- 5°. Cuando la cebolla haya adquirido un bonito tono dorado, añade el ajo. Cocina un par de minutos, removiendo de vez en cuando para que no se quemé.
- 6°. Sube el fuego y añade el pak choi y una pizca de sal. Saltea un par de minutos, pero no demasiado tiempo para que no quede pasado.
- 7°. Añade el arroz, saltea a fuego vivo un par de minutos y añade el jengibre y cardamomo en polvo. Puedes añadir unas gotas de salsa de soja, pero sin pasarte para que queden los sabores bien equilibrados. Prueba y termina de ajustar con más especias, salsa de soja o sal.

(FUENTE [HTTPS://ALIMENTARTE.NET/](https://alimentarte.net/))