

ARRÒS amb VERDURES

Nota: les mides son per 2 racions.

Nota: El podem fer amb les verdures que més ens agradin i amb qualsevol tipus d'arròs.

<u>2 persones</u>	<u>Ingredients</u>
145 grs	arròs basmati
30 ml	oli
1	ceba
1	pebrot vermell
225 grs	tomàquet xerri
2	ous
	sal i ebre

- Rentar l'arròs unes quantes vegades fins que perdi el midó (uns 5 cops).
- Coure'l 12 minuts en aigua bullint.
- Mentrestant piquem la cebra picada i el pebrot.
- Escalfar el wok a temperatura alta i sofregir-hi la cebra i el pebrot picats durant 3 minuts.
- Hi afegim el tomàquet xerri tallat per la meitat i ho deixem coure 2 minuts més.
- Hi afegim els ous batuts de cop i ho deixem coure 30 segons. Després remenar perquè s'escampin i quallin.
- Escórrer l'arròs bullit i afegir-lo al wok.
- Anar remenant durant 3 minuts per barrejar-lo bé amb les verdures i els ous.
- Salpebrar i servir al moment.