

Ensalada de arroz con calabacín y huevo

Tiempo total **25 Mins.** 10 Mins. Tiempo de preparación **15 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
2.052 kJ / 490 Kcal

Grasas: **24 g** Proteínas: **22 g**
Carbohidratos: **45 g**

INGREDIENTES

2 porciones

100 g de arroz jazmín
1 cucharada de aceite vegetal
1 calabacín
2 Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
cucharadas de pimentón ahumado
1 **cucharadita**
2 huevos
2 de yogur natural
cucharadas
100 g de maíz dulce en conserva
1 cebolla roja
0,5 de pimienta
cucharadita
1 cucharada de cebolleta picada

PREPARACIÓN

Pasos 1

100 g de arroz jazmín - **1 cucharada** de aceite vegetal - **1** calabacín - **1 cucharada** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada - **0,5 cucharadita** de pimentón ahumado
Prepare el arroz jazmín según las indicaciones del paquete. Corte el calabacín en rodajas y sofríalo durante 3 minutos en aceite vegetal con la Salsa de Soja Naturalmente Fermentada Kikkoman y el pimentón ahumado. Retire y reserve.

Pasos 2

2 huevos - **2 cucharadas** de yogur natural - **0,5 cucharadita** de pimentón ahumado - **0,5 cucharada** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada - **100 g** de maíz dulce en conserva - **1** cebolla roja
Utilice la misma sartén del calabacín para freír los huevos. Prepare la salsa mezclando el yogur con el pimentón ahumado y la Salsa de Soja Naturalmente Fermentada Kikkoman. Pele y pique la cebolla roja. En un recipiente para llevar, disponga por capas un cuarto del arroz cocido, la mitad del calabacín salteado, del maíz y de la cebolla, seguido de otro cuarto del arroz. Cubra con la mitad del aliño de yogur. Repita el montaje en una segunda fiambarrera.

Pasos 3

0,5 cucharada Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada - **0,5 cucharadita** de pimienta - **1 cucharada** de cebolleta picada
Coloque los huevos fritos sobre las fiambreras. Espolvoree con la pimienta, rocíe con la Salsa de Soja Naturalmente Fermentada Kikkoman y

termine con la cebolleta picada por encima.