



## ENSALADA DE ARROZ SALVAJE CON FRUTAS Y ADEREZO DE MORAS

### Ingredientes:

- 1 ½ taza de arroz salvaje
- 3 tazas de caldo de pollo (750 ml)
- 1 cucharadita de orégano
- 1 cucharadita de hierbas finas
- 1 cucharadita de consomé de pollo en polvo
- 1 pieza de durazno rebanados
- 2 rebanadas de piña cortada en cuadritos
- 1 pieza de mango cortado en cuadritos
- 1 taza de fresas, lavadas, desinfectadas y cortadas en rebanadas
- 1 taza de moras

### Para el aderezo:

- ½ taza de moras (70 g)
- ½ taza de zarzamoras (70 g)
- ¼ taza de jugo de uva (65 ml)
- 1/4 taza de azúcar (70 g)
- 1 pieza de limón (sólo jugo)
- ¼ taza de aceite de oliva (65 ml)

### Procedimiento:

1. Coloca el arroz en una cacerola y vierte sobre él el caldo de pollo junto con el orégano, las hierbas finas y el consomé de pollo en polvo. Mezcla perfectamente y deja hervir durante 20 minutos a fuego bajo o hasta que el arroz esté cocido. Deja enfriar.
2. Para el aderezo, licúa las moras, las zarzamoras, el jugo de uva, el azúcar, el jugo de limón y el aceite de oliva.
3. Incorpora la fruta cortada y baña con el aderezo de moras.

---

**Porciones:**

4