ARROZ A LA JARDINERA

Ingredientes:

- 1 pza mediana de zanahoria
- 1 pza chica de calabaza italiana
- 10 pzas de ejotes
- 1 litro de agua
- 1 cucharadita de sal
- 1 taza de arroz remojado en agua caliente por media hora (250 g)
- 1 cucharada de aceite vegetal
- 2 tazas de agua (500 ml)
- 1/8 pza de cebolla
- 1 diente de ajo
- 1 cucharada de consomé de pollo en polvo

Procedimiento:

1. Pica las verduras y cuécelas por 5 minutos en agua caliente con sal. Reserva.
2. En una sartén caliente con aceite, dora el arroz escurrido hasta que comience a verse transparente. Añade las verduras pre cocidas.
3. Licúa el agua con la cebolla, el ajo y el consomé de pollo. Vierte esta mezcla sobre el arroz. Tapa y cocina a fuego medio hasta que el líquido se evapore.
4. Sirve y ofrece.

Tiempo de preparación:	20 minutos
Grado de dificultad:	Fácil
Porciones:	6