

ARROZ CANTONÊS ESTILO LENTILHAS



CONFEÇÃO

1. Prepare os ingredientes.

2. Deite o óleo na cuba.

3. Coloque os ovos na cuba. Cozinhe como se fosse uma omelete. Retire da cuba.

4. Adicione os outros ingredientes exceto o molho de soja.

5. Tempo de cozedura: 15 min.

6. Escorra se necessário. Adicione o molho e a omelete picada.

INGREDIENTES

- 200 G DE LENTILHAS VERDES SECAS
- 50 G DE ERVILHAS CONGELADAS
- 50 G DE CENOURAS DESCASCADAS E CORTADAS ÀS RODELAS
- 2 ALFACES OU CEBOLAS, PARTE BRANCA FINAMENTE PICADA, PARTE VERDE CORTADA EM JULIANA
- 2 SALCHICHAS VEGETARIANAS, CORTADAS
- 2 OVOS BATIDOS E TEMPERADOS COM SAL (OPCIONAL)
- 2 COLHERES DE SOPA DE MOLHO DE SOJA
- 2 COLHERES DE SOPA DE ÓLEO DE SÉSAMO (OU AZEITE)
- 600 ML DE ÁGUA