

# Orez prajit cu ou, creveti si legume

(timp estimativ de gatire: 20')

(2 portii)

## **Ingrediente:**

2 lg unt  
1 catel usturoi, ras  
sos de soia  
ulei de floarea soarelui  
orez brun, fiert (prep)  
100g mazare verde, congelata  
100g edemame, congelata  
(optional)  
varza alba, feliata (prep)  
sos de soia  
10-12 creveti decongelati,  
decorticati, curatati (optional)  
2-3 oua  
Sare  
avocado (optional)  
ceapa verde (optional)  
coriandru (optional)

## **Instructiuni:**

- Scot untul din frigider si il las sa ajunga la temperatura camerei. Apoi il amestec cu putin sos soia si usturoi.
- Intr-o tigaie mare/ wok, la foc mediu spre mare, adaug 1-2 lg de ulei si orezul brun. Gatesc 2-3 minute.
- La foc mediu adaug mazarea verde, edemame si varza. Apoi adaug 1-2 lgt de sos de soia, si amestec din cand in cand pana se inmoaie varza, cam 5 min.
- Dupa ce varza s-a inmuait, imping amestecul pe marginea tigaii. Adaug crevetii in centrul tigaii, plus untul preparat anterior, si ii gatesc 1-2 minute. Intorc crevetii si ii gatesc inca 1-2 minute. Cu o lingura, tai crevetii in bucati mici. Amestec totul impreuna.
- Imping amestecul inca o data pe margini. In centrul tigaii sparg ouale, le amestec (ca pentru omleta), si dupa ce sunt gatite complet, amestec totul impreuna. Asezonez cu un praf de sare.
- Servesc cu avocado feliat, ceapa verde si/sau coriandru.