

Peruana / Chifa

Arroces y Paellas

Arroz Chaufa Peruano-Chifa con Wok Hei

⌚ Prep: 15m

🔥 Cocción: 10m

Σ Total: 25m

🍽️ 4 porciones



Ref. visual: Kwan Homsai

MISE EN PLACE / INGREDIENTES [10]

- ☐ 4 tazas Arroz blanco cocido del día anterior bien frío
- ☐ 1 lb Pechuga o muslo de pollo en dados de 1/2 pulgada
- ☐ 1.5 tazas Cebollita china (cebollín verde y blanco picado)
- ☐ 1 cucharada Jengibre fresco (kión) rallado muy fino
- ☐ 2 cucharadas Sillao claro (salsa de soya ligera) (Kikkoman)
- ☐ 1 cucharada Sillao oscuro de hongos (salsa de soya oscura) (Pearl River Bridge)
- ☐ 1 cucharadita Aceite de ajonjolí (sésamo) tostado (Kadoya Pure Sesame Oil)
- ☐ 3 unidades Huevos grandes ligeramente batidos
- ☐ 2 cucharadas Aceite vegetal neutro de alto punto de humo, dividido
- ☐ 0.5 cucharadita Sal kosher

GUÍA DE SUPERMERCADO (EE. UU.)

Aceite de Sésamo Tostado: Kadoya 100% Pure Roasted Sesame Oil
Aroma tostado profundo que da el toque final Chifa. • 📍 Pasillo asiático.

SECUENCIA DE COCCIÓN Y PUNTOS DE CONTROL

- 1

Tortilla y Pollo

⌚ 4 min

Calienta 1 cucharada de aceite neutro en el wok; haz una tortilla fina con los huevos batidos y una pizca de sal, y córtala en tiras. En el wok humeante saltea el pollo sazonado con el resto de la sal y el jengibre rallado durante 3 minutos hasta dorar y alcanzar $\geq 165^{\circ}\text{F}$ (74°C).
✓ Control: Pollo jugoso dorado y tiras de huevo.
- 2

Saltear Arroz en Wok

⌚ 3 min

Añade la cucharada restante de aceite neutro al wok bien caliente, vierte el arroz frío desgranado y saltea a fuego máximo 3 minutos.
✓ Control: Granos sueltos que saltan en el wok.
- 3

Sillao Claro y Oscuro al Fuego

⌚ 2 min

Vierte el sillao claro y el sillao oscuro por los bordes calientes del wok para que se caramelicen e integra con el arroz, el pollo y las tiras de tortilla.
✓ Control: Color caramelo brillante y aroma ahumado.
- 4

Cebollita China y Sésamo

⌚ 1 min

Apaga el fuego, agrega la cebollita china fresca y el aceite de sésamo tostado. Mezcla y sirve de inmediato.
✓ Control: Arroz chaufa suelto y humeante.

🛡️ **SEGURIDAD ALIMENTARIA Y TEMPERATURA: 165°F (74°C) MÍNIMO OFICIAL OBLIGATORIO DEL USDA PARA AVES DE CORRAL**
Seguridad Alimentaria USDA ($\geq 165^{\circ}\text{F}$ / 74°C): La pechuga de pollo debe alcanzar un mínimo obligatorio de 165°F (74°C) en su parte más gruesa para eliminar Salmonella. Evita superar los 170°F (77°C) en pechugas magras para conservar su jugosidad.

👁️ **SEÑAL MAESTRA DE ÉXITO:**
Granos de arroz tostados individualmente con motas doradas, color caramelo parejo y aroma ahumado de wok.

🔍 **POR QUÉ FUNCIONA:**
El Arroz Seco de Nevera: Usar arroz cocinado el día anterior y refrigerado permite que la humedad superficial se evapore; así el grano se fría y tuesta en vez de hervirse en el wok.

⚠️ **EVITA ESTE ERROR:**
El arroz quedó pastoso y pegado: Extiende el arroz recién hecho en una bandeja y congélalo 20 minutos antes de saltear.