

Arroz Congrí Oriental

Cubano

Prep: 15m

Cocción: 40m

Total: 55m

6 porciones



Ref. visual: Cocina Con Fujita

MISE EN PLACE / INGREDIENTES

[12]

- ☐ 2 tazas Arroz blanco de grano largo (Canilla Extra Long Grain)

☐ 4 tiras Tocino ahumado en dados

☐ 1 unidad Cebolla picada fina

☐ 1 cucharadita Comino molido (Badia Ground Cumin)

☐ 1 hoja Hoja de laurel seco

☐ 1.5 cucharaditas Sal kosher
- ☐ 2.5 tazas Frijoles negros cocidos con su caldo (Goya Black Beans)

☐ 1 unidad Pimiento verde picado fino

☐ 4 dientes Dientes de ajo majados

☐ 1 cucharadita Orégano seco

☐ 1 cucharada Aceite de oliva virgen extra

☐ 0.5 cucharadita Pimienta negra recién molida

GUÍA DE SUPERMERCADO (EE. UU.)

Frijoles Negros: Goya Black Beans
Caldo espeso y oscuro perfecto para teñir el arroz. •

SECUENCIA DE COCCIÓN Y PUNTOS DE CONTROL

- 1

Dorar Tocino y Sofrito

6 min

Dora el tocino con 1 cucharada de aceite de oliva hasta soltar grasa. Añade cebolla, pimiento verde, ajo majado, comino molido, orégano seco y la hoja de laurel.

✓ Control: Sofrito brillante y ahumado.
- 2

Nacarar

2 min

Agrega el arroz de grano largo y sofríe 2 minutos para sellar los granos en la grasa aromática.

✓ Control: Granos translúcidos.
- 3

Caldo y Cocción

12 min

Vierte los frijoles negros con su caldo, sal kosher y pimienta negra. Deja reducir destapado a fuego medio hasta que el líquido baje al nivel del arroz.

✓ Control: Líquido absorbido en la superficie.
- 4

Tapar y Reposar

20 min

Baja a fuego mínimo, tapa 20 minutos, retira la hoja de laurel y desgrana suavemente con un tenedor.

✓ Control: Granos sueltos y fragantes.

SEGURIDAD ALIMENTARIA Y TEMPERATURA: 212°F (100°C) HERVOR ACTIVO PARA LEGUMBRES Y ≥165°F (74°C) PARA EMBUTIDOS/PANCETA (ENFRIAR A ≤40°F EN <2 H)
Seguridad Alimentaria de Legumbres y Arroz: Los frijoles secos deben hervir a 212°F (100°C) durante al menos 10 minutos para desactivar las lectinas naturales (fitohemaglutinina), y el chorizo o panceta debe superar los 165°F (74°C). Mantén el plato caliente a ≥140°F (60°C) o refrigéralo a ≤40°F (4°C) dentro de las 2 horas posteriores a la cocción para prevenir Bacillus cereus.

SEÑAL MAESTRA DE ÉXITO:
Grano desgranado, suelto y de color grisáceo oscuro homogéneo.

POR QUÉ FUNCIONA:
Grasa de Tocino y Sofrito de Comino: La grasa de tocino, el aceite de oliva y 1 cucharadita de comino tostado envuelven cada grano de arroz evitando que se vuelva pastoso.

EVITA ESTE ERROR:
Arroz apelmazado: Destapa y evapora 5 minutos a fuego mínimo.