



ARROZ CON LECHE



ELABORACIÓN

En una cazuela, hervimos la leche y la canela durante 3 minutos; a continuación, añadimos el arroz.

Bajamos el fuego y lo vamos cocinando hasta que el arroz absorba prácticamente toda la leche con canela. Estaremos atentos para que no se pegue ni se pase de punto.

Seguidamente, añadimos el azúcar sobre la mezcla y la cocemos durante otros dos minutos más, sacándola del fuego a continuación.

Por último, servimos el arroz con leche en boles y lo dejamos enfriar durante una hora más o menos.

Información nutricional por persona

186,00 kcal Energía
7,24 g Proteínas
37,30 g Hids. de carbono
0,76 g Fibra dietética
0,18 g AGS
0,16 g AGM
0,13 g AGP
3,25 mg Colesterol
67,80 mg Sodio

info@enekoatxa.com enekoatxa.com

INGREDIENTES

Canela en rama 1 unidad

Arroz 1 taza

Leche desnatada 1/2 litro

Azúcar 10 g

ALÉRGENOS

Celiaco



Carne



Altramuz



Soja



Setas



Alcohol



Cacahuete



Frutos con



cascara



Sulfitos



Huevo



Lácteos



Crustáceos



Moluscos



Pescado



Diabético



Apio



Mostaza



Granos de



sésamo