Gotxei



PLATOS PRINCIPALES

Canelones de arroz

2 raciones · 661 kcal

Ingredientes

- Arroz cocido 180 g
- Leche 200 ml
- **1** huevo
- **2 cucharadas** de maicena
- Sal

RELLENO

- Boloñesa (carne picada + pimientos rojo y verde, cebolla, zanahoria, calabacín y tomate triturado)
- Queso en lonchas y rayado

POR RACIÓN

Proteínas	**43 g**
Grasas	**36 g**
Hidratos	**39 g**
Fibra	**0,4 g**

Elaboración

1. Triturar el arroz con el resto de ingredientes
2. Verter en la sartén como si fueran tortitas y cocinar vuelta y vuelta
3. Reservar
4. Rellenar con una buena boloñesa y hacer rollito formando un canelón
5. Queso en lonchas y rayado por encima, gratinar y listo

RECOMENDACIONES

Mucho más buenos que los de pasta, si me preguntan

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Gotxei

cooknest.app/@gotxei · Instagram @gotxei