HerZechef 👆



POSTRES · VEGETARIANO

Arroz con leche y mango al microondas

20min · 4 raciones · 502 kcal

Ingredientes

- **100 g** de arroz
- **400 ml** de leche
- **400 ml** de nata líquida
- **50 g** de azúcar
- **1 ramita** de canela
- **1** cáscara de limón
- **1** mango
- Mantequilla
- **1 cucharada** de azúcar para el mango
- Canela en polvo
- Coco rallado

POR RACIÓN

Proteínas	8,6 g
Grasas	28 g
Hidratos	57 g
Fibra	3 g

Elaboración

1. Poner el arroz en un bol junto con la leche y los aromáticos, que son una piel de limón y una ramita de canela
2. Tapar y cocinar 10 minutos a máxima potencia en el microondas
3. Mientras tanto, pelar y trocear en cubitos un mango y saltearlo en una sartén con un poco de mantequilla y azúcar hasta que esté dorado
4. Pasados los 10 minutos, añadir la nata y el azúcar, mezclar un poco y volver al microondas otros 10 minutos
5. Retirar la ramita de canela y la piel de limón
6. Servir en los recipientes que se quiera y dejar enfriar
7. Para servir, poner una buena cucharada del mango salteado por encima, un poco de coco rallado y canela en polvo

RECOMENDACIONES

Según el autor, no es un postre ligero.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef 👆
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto