

POSTRES · VEGETARIANO

Arroz con leche de calabaza

6 raciones · 388 kcal

Ingredientes

- **150 gramos** de arroz redondo
- **1 rama** de canela
- **750 mililitros** de leche semidesnatada
- **500 gramos** de leche evaporada
- **300 gramos** de puré de calabaza asada
- **80 gramos** de azúcar moreno
- **1/2 cucharada** de especias de calabaza
- **20 gramos** de mantequilla fría

PARA DECORAR (OPCIONAL)

- Tierra de galleta
- Semillas de amapola

POR RACIÓN

Proteínas	**13 g**
Grasas	**13 g**
Hidratos	**58 g**
Fibra	**2,7 g**

Elaboración

1. Cocer el arroz junto con la rama de canela durante 5 minutos
2. Quitar el arroz del agua y colarlo
3. Asar la calabaza en freidora de aire
4. Triturar con la batidora el puré de calabaza, la leche, la leche evaporada y las especias de calabaza para preparar la leche de calabaza
5. Volver a poner el arroz en la olla junto con la leche de calabaza
6. Cocer a fuego suave hasta que el arroz esté en su punto (unos 20 minutos). La leche debe quedar poco espesa, ya que espesará al enfriar
7. Añadir el azúcar moreno y la mantequilla y mezclar
8. Dejar enfriar y refrigerar hasta el día siguiente
9. Servir en platos y decorar si se quiere con semillas de amapola y tierra de galleta

Hecho con CookNest