

Arroz con bebida vegetal

Ingredientes (para 1 ración) :

- 500 ml de bebida vegetal (avena, coco y arroz, almendra...)
- 75 g arroz
- 20 g azúcar
- Canela en polvo
- Piel de limón o naranja



Elaboración:

1. Hervir el arroz en la bebida vegetal con el azúcar.
2. Cuando el arroz esté cocido, infusionar unos 10 minutos con la piel de limón o naranja y la canela en polvo con el recipiente tapado.
3. Retirar la piel de los cítricos y servir con una pizca de canela..



Observaciones y recomendaciones:

Esta receta es adecuada en caso de insuficiencia renal.



Valoración nutricional por ración:

Energía	Proteínas	Grasas	Carbohidratos
141 kcal	3 g	1,1 g	29,6 g

