

Arroz con costra

Publicada por:

[imprimir](#)

- 20 '
- 25 '
- 4
- 
- 
- 
- 
- 



Comentario nutricional

Si tiene tendencia a sufrir estreñimiento consuma arroz integral cuyo aporte en fibra es mayor, además de contar con mayor cantidad de vitaminas y minerales.

Modo express

1. Trocee el pollo y el magro de cerdo. Ralle la cebolla y pique el ajo muy fino.
2. Introduzca todos los ingredientes en la cubeta, a excepción de los huevos. Mezcle bien, cierre la tapa y programe el menú Arroz.
3. Cuando finalice, añada los huevos sobre el arroz, cierre la tapa de nuevo y deje 5 minutos reposando.

4. Espolvoree el perejil antes de servir.