Arroz Hortelano

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Sara Barroso **Recetizador:** Toñi Ruiz Marín



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Vegetariana
Otros: Cocina Saludable
Coste: Económico

El truco de esta receta:
Añadirle una pizca de curry para darle un toque de sabor y color.

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 240 gr de Arroz
- 2 Zanahorias
- 1 Cebolla
- 150 gr de Calabaza
- 2 dientes de ajo de Ajo
- 1/2 de Pimiento Rojo
- 250 gr de Brócoli
- 600 ml de Caldo de verduras
- Aceite de oliva
- Sal

Preparación:

Paso 1
Se limpian las verduras, se lavan y se cortan en trozos.

Paso 2
Se sofríen la cebolla y los ajos picados en una cazuela con un poco de aceite, durante 5 minutos. Incorporar el resto de las verduras y rehogar durante un par de minutos.

Paso 3
Añadir el arroz y saltearlo durante 1 minuto, remover y añadir el caldo de verduras caliente.

Paso 4
Sazonar y cocinar durante durante 15 minutos. Servir bien caliente.