ARROZ CREMOSO SAN RAFAEL

Dificultad: Baja

Porciones: 8

Tiempo: 35 minutos

Ingredientes

3 Cucharadas de aceite

2 Dientes ajo cortados finamente

½ Cebolla picada fina

1 Zanahoria rallada

2 ½ Tazas arroz

3 ½ Tazas de agua caliente

1 Tableta caldo de gallina MAGGI®

1 Cucharadita concentrado de tomates

1 Tarro chico de crema NESTLÉ® (157 g)

100 g de Queso parmesano rallado

2 Cucharadas mantequilla

½ Kg de Machas

½ Kg Colitas camarones o langostinos cocidos

½ Taza vino blanco

Sal y pimienta a gusto

Información Nutricional

Energía:	478 Kcal
Proteinas:	25.0 g
Grasa Total:	19.8 g
Colesterol:	37.0 mg
H. de Carbono:	44.0 g
Fibra Dietética:	1.10 g
Sodio:	719 mg

Preparación

1.- Calienta una cacerola con las tres cucharadas de aceite; agrega los ajos, cebolla y zanahoria. Sofríe durante unos segundos hasta ablandar los vegetales. Agrega el arroz y remueve constantemente hasta que tome temperatura. Vierte de una vez el agua caliente, revuelve y agrega de inmediato la tableta de caldo de gallina MAGGI® desmenuzada.

2.- Cocina a fuego bajo, tapado y sobre un tostador durante 20 minutos hasta cocer el arroz completamente. Una vez listo, agrega el concentrado de tomates y la crem NESTLÉ®, condimenta con pimienta a gusto y sal si fuese necesario, revuelve hasta homogenizar. Finalmente incorpora el queso parmesano rallado y mezcla nuevamente.

3.- Aparte, calienta una sartén con la mantequilla indicada y saltea los mariscos durante 10 segundos, vierte el vino blanco y condimenta con sal y pimienta. Cocina a fuego fuerte durante otros 10 segundos hasta evaporar levemente el vino blanco. Una vez todo listo sirve el arroz

con los mariscos y acompaña con verduras salteadas o un trozo de pescado como más te guste.