

Recetas



Arroz rojo con calabaza, champiñones y nueces

INGREDIENTES (2 personas):

- 125 g de arroz rojo
- 1 cebolleta
- 250 g de calabaza
- 250 g de champiñones
- 75 g de nueces peladas
- agua
- aceite de oliva
- sal
- pimienta
- 1 ramita de perejil

PREPARACIÓN:

Cuece el arroz con algo más del doble de agua y una pizca de sal durante 20 minutos aproximadamente. Escúrrelo y reserva algo del caldo.

Limpia bien los champiñones y córtalos en láminas, corta la cebolleta en juliana y pon todo a pochar a fuego lento. Pela y corta la calabaza en daditos y agrégala a la sartén. Cuando se ablande todo, añade las nueces picadas y mezcla. Incorpora el arroz rojo, salpimenta y reserva.

Pon el caldo del arroz que tenías reservado en el vaso de la batidora, añade un chorrito de aceite de oliva y un poco de sal y bate hasta que emulsione.

Vegetariana ✓

Vegana ✓

Alcalina ✓