

Arroz integral con zanahorias asadas o zapallo asado

Tipo de plato: Legumbres, Verduras, Arroz · Procedencia: Mesacamilla · Autor: Marala

INGREDIENTES

0

1 taza/s Arroz integral — Yin-Yang

Mijo — disuelto a gusto

Nuez moscada

0,50 cucharadita/s Sal marina

1 Zanahorias — pequeña

ELABORACIÓN

Se prepara el arroz, una vez cocido se deja reposar. Se vuelca el arroz sobre la zanahoria pisada con aceite. Condimentar luego con nuez moscada.