

Budín arroz y algarroba con especias

Tipo de plato: Masas y Postres | Procedencia: Mesacamilla | Tiempo: 0 minutos |
Dificultad:

INGREDIENTES

0
2 taza/s Arroz integral - cocido
50 gr Pasas rubias
Nuez moscada
50 gr Nueces
3 cucharada/s Miel
Leche - o leche de soja
1 cucharada/s Harina algarroba
Clavo
1 cucharada/s Canela molida
1 cucharada/s Ralladura limón

ELABORACIÓN

Cocinar el arroz con leche de soja, hasta que esté tierno y haya absorbido totalmente la leche, endulzar con la miel y agregar la ralladura de limón. Colocar en un recipiente la harina de algarroba con la canela, la nuez moscada y el clavo de olor; diluir con un poco de leche de soja, agua o jugo de limón.

Cocinar revolviendo hasta que rompa el hervor, agregar el arroz, incorporar las nueces picadas y las pasas. Untar una budinera con miel caliente y verter la preparación, ajustar bien y dejar enfriar en la heladera. Desmoldar y servir bien frío con una salsa de frutas caliente.

Salsa de frutas

Licuar 1 pocillo de frutas pulposas, duraznos, frutillas, damascos o manzanas previamente precocidas. Colocar luego sobre el fuego con una cucharadita de miel y 1 cucharadita colmada de fécula de maíz.

Cocinar revolviendo hasta que rompa el hervor y tome consistencia de crema.