








## ARROZ CON LECHE PARA DOS

 5 minutos 55 minutos 2 porciones

## INGREDIENTES

- 550 gramos de leche alpura® extra proteína baja en grasa  550 gramos de leche Lala® 100 sin lactosa ultrapasteurizada + proteína light  550 gramos de leche Lala® 100 sin lactosa reducida en grasa low carb  550 gramos de alimento líquido vegetal light birdman®  550 gramos de alimento líquido vegetal original birdman®
- 70 gramos de arroz crudo
- 1/2 pieza de raja de canela [3 g]
- 1 cucharadita de canela molida [2 g]
- Endulzante sin calorías con moderación
- 1 Pieza de piel de naranja [5 g]
- 1 Pieza de piel de limón [5 g]
- 10 piezas de pasas [20 g]  20 gramos de arándano seco

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Sigue los pasos en Cookidoo® en tu TMX®

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [329 g]	% DDR
ENERGÍA	92 kcal	303 kcal	15 %
GRASA	1 g	4 g	6 %
GRASAS SATURADAS	0 g	1 g	6 %
COLESTEROL	–	–	–
SODIO	117 mg	386 mg	16 %
H. CARBONO	17 g	54 g	18 %
AZÚCARES	5 g	16 g	–
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	3 g	10 %
PROTEÍNA	4 g	14 g	–