



## ARROZ A LA MEXICANA

 20 minutos 50 minutos 6 porciones

## INGREDIENTES

- 250 gramos de arroz crudo
- 50 gramos de cebolla blanca
- 180 gramos de jitomate, en trozos
- 1 Pieza de diente de ajo [5 g]
- 1 cucharadita de sal [6 g]
- 20 gramos de aceite
- 50 gramos de mezcla de verduras congeladas sin sal
- 1 rama de cilantro picado crudo
- 1000 gramos de agua

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

|                   | POR 100 g | POR PORCIÓN [261 g] | % DDR |
|-------------------|-----------|---------------------|-------|
| ENERGÍA           | 75 kcal   | 196 kcal            | 10 %  |
| GRASA             | 1 g       | 4 g                 | 6 %   |
| GRASAS SATURADAS  | 0 g       | 0 g                 | 1 %   |
| COLESTEROL        | 0 mg      | 0 mg                | 0 %   |
| SODIO             | 151 mg    | 393 mg              | 16 %  |
| H. CARBONO        | 14 g      | 36 g                | 12 %  |
| AZÚCARES          | –         | –                   | –     |
| FIBRA ALIMENTARIA | 0 g       | 1 g                 | 4 %   |
| PROTEÍNA          | 1 g       | 3 g                 | –     |