

**ARROZ PRIMAVERA** 10 minutos 40 minutos 6 porciones**INGREDIENTES**

- 250 gramos de arroz blanco de grano largo crudo
- 50 gramos de cebolla blanca
- 1 Pieza de diente de ajo [5 g]
- 20 gramos de aceite
- 1200 gramos de agua
- 35 gramos de chícharo sin vaina
- 35 gramos de zanahoria cruda, en cubitos
- 35 gramos de elote amarillo desgranado cocido  35 gramos de elote amarillo congelado
- 1 Pieza de chile serrano [5 g]
- 1 rama de cilantro picado crudo

**MÉTODO DE PREPARACIÓN**

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

**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

	POR 100 g	POR PORCIÓN [273 g]	% DDR
ENERGÍA	73 kcal	198 kcal	10 %
GRASA	1 g	4 g	6 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	1 %
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	2 mg	7 mg	0 %
H. CARBONO	13 g	37 g	12 %
AZÚCARES	0 g	0 g	–
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	1 g	3 %
PROTEÍNA	1 g	3 g	–