



ARROZ AL CILANTRO

 10 minutos 35 minutos 8 porciones

INGREDIENTES

- 250 gramos de arroz crudo de grano largo
- 65 gramos de cebolla blanca, en trozos
- 1 Pieza de diente de ajo [5 g], pelado
- 50 gramos de hojas de cilantro, frescas
- 90 gramos de espinaca cruda fresca
- 1 cucharadita de sal [6 g]
- 1 Pieza de chile serrano [5 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

2º *Utilizar la cantidad de agua que indica la receta.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [121 g]	% DDR
ENERGÍA	205 kcal	249 kcal	12 %
GRASA	1 g	1 g	2 %
GRASAS SATURADAS	–	–	–
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	496 mg	602 mg	25 %
H. CARBONO	45 g	55 g	18 %
AZÚCARES	–	–	–
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	1 g	5 %
PROTEÍNA	4 g	5 g	–