

Pastel de arroz

Esta receta contiene clara de huevo, en caso de alergia, se puede utilizar un sustituto de clara de huevo.

🕒 Preparación 10 minutos ● Total 40 minutos 8 porciones

Ingredientes

o	o
100 gramos de espinaca, cruda	1 taza de leche, desnatada, UHT (225 g)
o	o
2 cucharadas soperas de aceite de oliva, virgen (18 g)	1 unidad pequeña de cebolla picada (80 g)
o	o
200 gramos de huevo de gallina, clara, cruda	Agregar las especias al gusto
o	o
100 gramos de queso mozzarella	100 gramos de arroz integral, hervido

Método de preparación

- 1
Precalentar el horno a 180°C
- 2
Poner papel vegetal en la fuente que se vaya a utilizar para hornear
- 3
Colocar las espinacas en un colador y presionar para eliminar el exceso de agua.
- 4
Colocar las espinacas escurridas en un bol y agregar los ingredientes restantes. Mezclar hasta que se combinen.
- 5
Poner la mezcla en la fuente y llevar al horno precalentado. Hornea por 30 minutos.