

Receta: ARROZ FRÍO

TIEMPO DE PREPARACIÓN



ARROZ FRÍO

Plato principal

10
minutos

INGREDIENTES

3 tazas de arroz blanco, cocido
1 1/2 taza de tomates cherry en mitades
1 taza de choclo cocido
2 aguacates en cubos
1/2 taza de nueces picadas
1 zanahoria rallada
2 tazas de carne, picada de en cubos de 1/2 cm y cocida
1 taza de arvejas cocidas y peladas
2 tazas de lechuga escarola, en tiras finas
1 taza de palmitos en láminas
1/4 taza de aceite de oliva
rodajas de aguacate para decorar
berros para acompañar

INSTRUCCIONES

En un bol mezclar todos los ingredientes, revolver bien y sazonar con sal y pimienta. Colocar la mezcla en un molde individual, presionar bien con una cuchara y desmoldar sobre un plato. Decorar con una rodaja de palta y servir acompañado en berros

DIFICULTAD

BAJA

RENDIMIENTO

8
porciones