

Arroz con Dulce

Victoria Garcia
Puerto Rico
Porciones: 6 personas
Rinde: 4 tazas
Tiempo: 45 minutos

Ingredientes

- 1 taza de arroz integral o arroz blanco (ver página 67), lavado
- 2 tazas de agua
- 3 clavos de olor
- 1 estrella de anís triturada o 1/2 cucharadita de semillas de anís trituradas
- 1 lata de 12 onzas de leche evaporada sin grasa
- 1 lata de 13.5 onzas de leche de coco 'lite', dividida
- 1 taza de coco recién rallado o 1/2 taza de coco rallado seco sin edulcorante
- 3/4 de taza de azúcar
- Pizca de sal
- 1/4 de taza de pasas de uva
- 2 vainas de canela o 1/2 cucharadita de canela molida

Instrucciones

- Remoje el arroz en 2 tazas de agua, durante un mínimo de 4 horas o toda la noche en el refrigerador.
- Coloque el clavo de olor y las semillas de anís en una bolsita de tela, colador de té o red.
- Combine la leche condensada sin grasa, la mitad de la leche de coco (7 onzas), el coco rallado, azúcar, sal y especias en la mezcla de arroz y agua en una olla mediana pesado.
- Hierva a fuego mediano, revolviendo cada tanto.
- Reduzca la temperatura al mínimo y deje que hierva sin tapar, revolviendo con frecuencia hasta que el arroz esté cocido y la preparación esté cremosa, de 25 a 30 minutos. Revuelva casi constantemente hacia el final para evitar que se queme.
- Retire del fuego y agregue las pasas de uva y la leche de coco restante, revuelva y enfríe 5 minutos.
- Vierta la preparación en una fuente o en recipientes individuales. Deje enfriar un poco. Sirva tibio o frío, espolvoree con canela o decorado con vainas de canela, si desea.

¿Sabía Usted?

El arroz integral es un grano entero que contiene valiosos componentes. Es rico en fibra y la semilla de germen es buena para la salud. Estos nutrientes de alta calidad se eliminan cuando se produce el arroz blanco y varias vitaminas y minerales claves se pierden en el proceso.

