



Pratos Principais

Pratos de Arroz

## Arroz de Pimentos

🕒 25 min.

🔑 Fácil

💰 Económico

🍴 4 doses

### Ingredientes

250 g de arroz agulha (extra longo)  
1 chávena de chá de pimento laranja  
1 chávena de chá de pimento vermelho  
1 cebola (rodela)  
75 g manteiga  
1 c. sopa de azeite  
1 raminho de salsa  
1 cubo de MAGGI Caldo de Galinha

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 301,1 kcal | 15%* |
| <b>Proteínas</b>           | 3,6 g      | 7%*  |
| <b>Lípidos</b>             | 19,6 g     | 28%* |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 27,6 g     | 11%* |

\*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

### Preparação

- 1 Derreta em lume brando, no azeite, 50 g de margarina e o caldo de galinha MAGGI, acrescentando uma colher de sopa de água.
- 2 Junte a cebola, mexa e tape o tacho. Salteie o arroz. Adicione 6 dl de água e o ramo de cheiros.
- 3 Deixe ferver 15 minutos. Salteie os pimentos na restante margarina. Solte o arroz com um garfo e misture os pimentos salteados.