

Sobremesas Doces de Colher

Arroz Doce com Nozes

35 min. Fácil Económico 6 doses

Ingredientes

200 g de arroz
1,5 dl de água
1 pau de canela
1 tira de limão (casca)
1 c. de sopa de manteiga
1,5 dl de leite
100 g noz (miolo)
5 gemas de ovo
1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ

Informação nutricional

Energia	504,8 kcal	25%*
Proteínas	12,4 g	25%*
Lípidos	22,6 g	32%*
Hidratos de Carbono	62,8 g	24%*

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

Preparação

1. Lave bem o arroz e escorra-o. Num tacho, coloque a água, o pau de canela, a casca de limão, a manteiga e o sal.
2. Leve-os ao lume e logo que levante fervura, adicione-lhe o arroz e mexa um pouco. Quando começar a secar, adicione-lhe aos poucos o leite bem quente. Mexa ocasionalmente até o arroz ficar bem cozido.
3. Nessa altura adicione o leite condensado NESTLÉ e o miolo de noz picado grosseiramente. Deixe cozinhar por mais um minuto, sempre em lume brando. Retire do lume.
4. À parte, numa tigela coloque as gemas, bata-as com um garfo e junte-lhe, aos poucos, e mexendo bem, uma concha de arroz cozido.
5. Verta para dentro do tacho com o arroz-doce e mexa bem. Distribua por pratos ou travessas e polvilhe com canela.