

Pratos Principais | Pratos de Arroz

Arroz de Salsichas

30 min. | Fácil | Económico | 6 doses

Ingredientes

- 300 g de arroz
- 2 cubos de MAGGI Caldo de Carne
- 8 salsichas
- 3 c. de sopa de azeite
- 1 cebola picada
- 2 dl de vinho branco
- 2 c. de sopa de margarina

Informação nutricional

Energia	319,1 kcal	16%*
Proteínas	6,0 g	12%*
Lípidos	14,0 g	20%*
Hidratos de Carbono	40,6 g	16%*

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

Preparação

1. Pique a cebola e aloure-a com 2 colheres de margarina.
2. Junte o arroz lavado e escorrido e deixe-o absorver toda a gordura sem o deixar escurecer.
3. Regue com 7,5 dl de caldo de carne MAGGI a ferver (preparado com os cubos de carne Maggi e 7,5 dl de água) e tempere com pimenta e sal (se necessário).
4. Deixe cozer.
5. Frite as salsichas numa frigideira, juntando-lhes três colheres de sopa de azeite.
6. Regue-as com o vinho branco.

7 Deixe levantar fervura e junte tudo ao arroz.

8 Leve a secar no forno ou deixe ferver 5 minutos e depois embrulhe o tacho em vários jornais para o arroz acabar de cozer.

9 Decore com um raminho de salsa.