



Lucia Faria
Assessoria de Comunicação

Data: Londrina/PR - 05/08/2009

Página: www.bonde.com.br

Seção: Gastronomia – Culinária Light



05/08/2009
Arroz doce diet
Delícia livre de açúcar com apenas contém 117 calorias

Dê sua nota: ★★★★★ Média: ★★★★★ 1 votos



Tempo de preparo
0 h
45 min

Rendimento
8 porções

Preparo fácil

► **Ingredientes**

- 1/2 (chá) de arroz
- 2 xícaras (chá) de água
- 3 cravos
- 1 pedaço de pau de canela
- 1 xícara (chá) de Adoçante Culinário Linea
- 3 xícaras (chá) de leite – 750ml

► **Modo de preparo**

Numa panela, junte o arroz, as especiarias, a água e metade do Adoçante Culinário Linea. Misture bem. Leve ao fogo brando em panela semi tampada, por cerca de 20 minutos ou até o arroz cozinhar. Junte o leite e o restante do Adoçante Culinário Linea. Misture. Continue o cozimento em fogo brando, panela semitampada, por mais 25 minutos, mexendo de vez em quando.

* Cada porção contém 117 calorias.