



Arroz Verde con Cilantro y Epazote

6 Porciones • 1 Porción = ½ Taza

INGREDIENTES

- 1 taza de cilantro
- ½ taza de hojas de epazote
- 1 taza de arroz blanco
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 2 tazas de caldo de pollo o agua
- Una pizca de sal

INDICACIONES

1. Corte el cilantro y el epazote en cubos finos y deje a un lado.
2. En una olla grande, dore el arroz en aceite de oliva a fuego medio, revolviendo constantemente durante más o menos 1 minuto.
3. Vierta el caldo de pollo o el agua en la olla.
4. Lleve el agua a hervor leve y, luego, disminuya la temperatura para cocer suavemente.
5. Agregue las hierbas y la sal al arroz y cubra la olla con una tapa que cierre bien.
6. Cocine a fuego lento con la tapa durante unos 20 minutos o hasta que el líquido se absorba por completo y el arroz esté tierno.
7. Agregue sal a gusto.

Nutrition Facts

6 servings per container	
Serving size	1/2 cup
Amount per serving	
Calories	150
% Daily Value*	
Total Fat 2.5g	3%
Saturated Fat 0g	0%
Trans Fat 0g	
Cholesterol 0mg	0%
Sodium 135mg	6%
Total Carbohydrate 27g	10%
Dietary Fiber 0g	0%
Total Sugars 0g	
Includes 0g Added Sugars	0%
Protein 3g	
Vitamin D 0mcg	0%
Calcium 5mg	0%
Iron 0mg	0%
Potassium 21mg	0%

*The % Daily Value tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

chefs.org

@CHEFSanAntonio

