

ARROZ DE POTAS (SUPER SAUDAVEL)



INGREDIENTES

- 2 RABOS DE POTA
- 1 CHÁVENA (CHA) DE ARROZ
- 3 CHÁVENAS (CHA) DE ÁGUA (QUE RESTA DE COZER AS POTAS)
- ORÉGÃOS Q.B.

CONFEÇÃO

1. Colocar os rabos de pota a cozer a vapor no cesto cerca de 40 minutos.

2. Depois de cozido tirar a água da taça para medir a ver se é necessário adicionar mais água.

3. Colocar o arroz na taça com um pc de oregãos. sem azeite nem sal.

4. Depois colocar a água e programas slowcook durante 15 minutos.

6. ?Coloquei um copo de arroz e 3 de água.. para ficar molhadinho.

7. Não coloco azeite por opção e sal porque a pita ja tem sal...Não se sente a falta e é muito mais saudável para os pequenotes. ?
