

# ARROZ DE ESPINAFRES E CENOURA



## INGREDIENTES

- 1 CEBOLA
- 2 DENTES DE ALHO
- ESPINAFRES
- CENOURA
- ARROZ

## CONFEÇÃO

1. 1 cebola

---
2. 2 dentes de alho picar com a lâmina picadora velocidade 11 30 seg

---
3. Adicionar azeite e seleccionar a opção Slow cook 130 graus 5 min

---
4. Ralar cenoura e sal Q.b

---
5. Voltar a seleccionar o programa Slow Cook 130 graus 5 min

---
6. Adicionar espinafres (6 rolinhos dos congelados)

---
7. Voltar a seleccionar o programa Slow Cook 130 graus 5 min

---
8. Adicionar o Arroz e agua ate ficar cremoso

---
9. Voltar a seleccionar o programa Slow Cook 130 graus 10 min

---