

ARROZ PEIXE RÁPIDO



CONFEÇÃO

1. Insira a cebola e o Alho na taça com a lâmina Ultra Blade, e pulse 30seg.

2. Troque para a lâmina misturadora, junte o azeite e refogue Slow Cook P1, 5min, 130º.

3. Retire a lâmina, adicione 3 chávenas de água, o arroz, os temperos e disponha as postas de pescada por cima, e programe Steam 100º, 15min.

4. Sirva polvilhado com salsa fresca.

6. Nota: Também podem usar lombos de pescada ou outro peixe a gosto.

INGREDIENTES

- 3 POSTAS DE PESCADA
- 1 CEBOLA
- 1 DENTE ALHO
- 1 C. SOPA CONCENTRADO DE TOMATE
- AZEITE
- SAL
- RAMINHO DE SALSA
- 1 C. SOBREMESA DE CARIL
- 1 CHÁVENA DE ARROZ CAROLINO