Horchata

Sirve: 5 porciones

Ingredientes

1 taza arroz blanco, grano largo, crudo

5 tazas agua

1/2 taza leche, 1%

1/2 cucharada extracto de vainilla

1/2 cucharada canela en polvo

2/3 taza azúcar

Preparación

1. Vierta el arroz y el agua en el tazón de la batidora; mezcle hasta que el arroz empiece a romperse, aproximadamente un minuto. Deje reposar el arroz y el agua unas tres horas a temperatura ambiente.
2. Cuele el agua de arroz en una jarra y deseche el arroz. Mezcle la leche, vainilla, canela y azúcar en el agua de arroz. Enfríe y agite antes de servir sobre hielo.

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	**N/A**
Grasa total	**N/A**
Grasa saturada	N/A
Colesterol	0 mg
Sodio	**N/A**
Total de Carbohidrato	**38 g**
Fibra dietetica	1 g
Azucares totales	28 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteinas	**2 g**
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible

Notas

La horchata es una bebida tradicional mexicana hecha con arroz y sazonada con limón, canela o azúcar.
Nota: La modificación a la receta NDSU (PDF | 2.23 MB) incluye la especificación del uso de leche descremada al 1%.

NDSU Extension Service. North Dakota Food and Culture: A Taste of World Cuisine.