

Arroz Estilo Mexicano

Sirve: 8 porciones

Ingredientes

- 2 cucharadas** aceite vegetal
- 2 tazas** arroz, de grano largo, sin cocer
- 3 tazas** caldo de pollo, bajo en sodio
- 1 1/2 tazas** cebolla (blanca finamente picada)
- 2 cucharaditas** ajo (finamente picado)
- 1 lata** tomates estilo Mexicano o Italiano (14 1/2 onzas)
- 1/2 cucharadita** sal
- 1** pimiento verde (sin semillas y picado)

Preparación

1. Caliente el aceite en una sartén mediana sobre fuego medio. Sofría el arroz hasta que tenga un color dorado, unos 5 minutos. Agregue 1/2 taza de caldo de pollo si se requiere más húmedo.
2. Agregue las cebollas y el ajo y sofría durante uno o dos minutos.
3. Integre los tomates y su jugo, el resto del caldo de pollo, sal y el pimineto. Caliente hasta hervir.
4. Reduzca el fuego. Cubra y hierva a fuego lento de 20 a 25 minutos, o hasta que se haya consumido el caldo.

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	250
Grasa total	5 g
Grasa saturada	1 g
Colesterol	0 mg
Sodio	340 mg
Total de Carbohidrato	45 g
Fibra dietetica	2 g
Azúcares totales	5 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	6 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible

