

Arroz Español

Sirve: 6 porciones

Ingredientes

- 2 cucharadas aceite vegetal
- 1/2 taza pimiento verde picado
- 1/4 cebolla picada
- 1 cucharadita ajo en polvo
- 1 cucharadita chile en polvo
- 1 cucharadita pimienta roja molida
- 1 cucharadita sal
- 1/8 cucharadita pimienta
- 1 taza arroz sin cocer
- 1 lata tomates en lata, picados y con su jugo (15.5 onzas)
- 2 tazas agua

Preparación

1. Dore el pimiento verde y la cebolla en el aceite hasta que estén tiernos.
2. Agregue las especias, el arroz, los tomates con su jugo y el agua.
3. Cubra y cocine a fuego lento 20 minutos, o hasta que el arroz esté listo.

USDA Food Distribution Program on Indian Reservations, A River of Recipes Native American Recipes Using Commodity Foods

Información Nutricional	
Nutrientes	Cantidad
Calorías	N/A
Grasa total	N/A
Grasa saturada	N/A
Colesterol	0 mg
Sodio	N/A
Total de Carbohidrato	31 g
Fibra dietética	2 g
Azúcares totales	3 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	3 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A
N/A - Información no está disponible	

