

# Arroz a la calabaza



**Dificultad:** 🍴🍴🍴🍴🍴

Tiempo de preparación: 10min , Tiempo de cocción: 35min

Tiempo total: 45min , Número de porciones: 4

0 Calorías , 0 g Azúcares , 0 g Grasas , 0 g Proteínas

**Autor:** Maria

**Url:** <https://srecetas.es/arroz-a-la-calabaza>

## Preparación

Derretir la manteca en una sartén profunda y rehogar la cebolla bien picada. Agregar el arroz y cocinarlo unos minutos. Cuando los granos comiencen a dorarse incorporar cucharones del caldo caliente, a medida que el fondo de la sartén se vaya secando.

Agregar una pizca de sal y continuar cocinando a fuego medio otros 20 minutos, removiendo cada tanto. Cortar la calabaza al medio, retírlarle las semillas y cortar cada mitad en seis pedazos. Salarla y llevarla al horno, a temperatura moderada, hasta que quede tierna y ligeramente dorada. Retirar la cáscara y cortar en trocitos. Cuando al arroz le falten 5 minutos para estar listo incorporar la calabaza, mezclar, retirar del fuego y colocar por encima el queso crema en cucharadas. No revolver; dejar que el calor termine de disolverlo y de darle textura cremosa. Fuente: RevistaMaru.com



## Ingredientes

- ✓ 1 Cebolla
- ✓ 50 gramo/s Manteca
- ✓ 1 taza/s Arroz
- ✓ 750 cc. Caldo de verduras
- ✓ 1 Calabaza chica
- ✓ 150 gramo/s Queso Crema
- ✓ 1 poco Sal

## Categorías

Un día normal, Reducida en calorías, Todo el año, Económico, Cereales, pastas y arroz, Vegetales, Comida para todos los días, Una cocinera experta, Un pobre estudiante, Plato Principal