



Receta

# Arroz con leche



*Precio\**

0,50 €/ración  
1,80 €/4 raciones  
(\*precio aproximado,  
sujeto a variaciones).



*Dificultad*

Fácil



*Tiempo*

40-45 minutos



# Ingredientes:

- 800ml de leche entera Dia Láctea
- 200g de arroz extra Arrozona de Dia
- 100g de Dátiles sin hueso Naturmundo de Dia (bien picados, en trocitos muy finos)
- 1 rama de canela
- Cáscara de limón (opcional)
- Una pizca de sal



# Elaboración



Os dejamos esta deliciosa receta tradicional, energética y apetecible de un postre clásico que gustará a todos.

- Empezamos lavando el arroz con agua fría hasta que el agua salga clara, luego lo escurrimos bien. En una olla grande colocamos el arroz, la leche, los dátiles picados, la rama de canela y la cáscara de limón. Agregamos una pizca de sal.
- Llevamos la mezcla a ebullición a fuego medio-alto, removiendo ocasionalmente para evitar que el arroz se pegue al fondo de la olla. Es importante remover, se pega o quema con facilidad.
- Una vez que hierva, bajamos el fuego y dejamos que el arroz se cocine a fuego lento durante unos 25-30 minutos, removiendo ocasionalmente hasta que el arroz esté tierno y la mezcla tenga una consistencia cremosa.
- Retiramos la rama de canela y la cáscara de limón si las hemos usado. Servimos el postre caliente o frío, según nuestra preferencia. Si te gusta, puedes añadir un poco de canela en polvo al servir.



## Trucos y alternativas

- Para darle un toque de frescura y color podemos agregar frutas frescas como trozos de mango, fresas, plátano o piña al servir el arroz con leche. Estas frutas complementarían muy bien el dulzor natural de los dátiles y añadirán una textura refrescante al postre.
- Un truco muy interesante es que en lugar de preparar el arroz con leche con dátiles en trozos, podemos hacer un caramelo de dátiles para endulzar la mezcla. Simplemente hervimos y batimos dátiles con un poco de agua hasta obtener una pasta suave. Luego, agregamos esta pasta de dátiles a la mezcla de arroz con leche para endulzarlo de manera natural.
- También podemos experimentar con diferentes especias para agregar más profundidad de sabor. Lo ideal es infusionar la leche con especias como cardamomo, clavo de olor, nuez moscada o jengibre antes de agregarla al arroz, para darle un toque aromático único.

## Aprovechamiento

- Podemos utilizar el arroz con leche sobrante para hacer deliciosos postres helados. Simplemente vertemos el arroz con leche en moldes para helados y los congelamos hasta que estén firmes. ¡Obtendremos unos refrescantes y cremosos helados de arroz con leche perfectos para disfrutar en días calurosos!
- No olvidemos que en lugar de desechar la cáscara de limón y la rama de canela después de preparar el arroz con leche, podemos aprovecharlas para darle sabor a nuestros platos, nosotros las utilizamos en pescados y carnes al horno para combinar y potenciar los sabores.
- Recordemos que esta receta es muy rica en hidratos de carbono, ideales para complementar una comida o cena con vegetales y proteínas o simplemente para endulzar tus desayunos o tentempiés. ¡Disfrútalo!



Comer  
mejor  
cada

**Día**