

Asturias

Tempo



75'

Racións



4

Apta para



Nenos

Alérxenos



Lácteos

Alternativas



Sen leite



Sen azucre

Papas de arroz

Ingredientes

1 l de leite

75 g de azucre

2 ramas de canela

A tona dun limón

200 g de arroz redondo

Canela en po

Polo verán, adóitanse tomar frías da neveira. Polo outono e polo inverno, mornas acabadas de facer.

Malia que as papas de arroz (ou «arroz con leite») se consideran unha sobremesa tradicional de España, é especialmente típica de Asturias, onde hai unha importante gandaría ecolóxica

Elaboración

1. Vertemos o leite nunha tarteira con lume moderado, engadímoslle o azucre e aromatizámolo botándolle as ramas de canela e a tona do limón.
2. En canto non ferve, metemos o arroz nun coadoiro, colocámolo debaixo dun chorro de auga fría e remexémolo coas mans para que solte o amidón.
3. Así que o leite rompa a ferver, baixamos o lume, incorporámoslle o arroz e deixamos que este se faga lentamente durante 45 minutos. Remexémolo de cando en cando, pero nos últimos 5, con moita frecuencia, para que non se pegue.
4. Ao que collan a textura que máis nos guste, retiramos as papas de arroz do lume e deixámolas repousar un pouco.
5. Antes de arrefeceren de todo, retirámoslles as ramas de canela e a tona do limón e distribuímolos nos seis recipientes en que as vaiamos servir (mornas ou frías).
6. Empoeirámoslles por riba canela en po ao gusto.

Existen distintas formas de preparalas, tanto en España coma noutros países de Europa, de América e de Asia

Alternativas

Para a versión sen leite, substituímolos por unha bebida vexetal.

Para a sen azucre, este pódese eliminar ou trocar por mel ao gusto.