

Decidir que hacer de comer en la casa todos los días es una tarea de verdad difícil y tediosa, ya la imaginación esta cada vez mas restringida y agotada, por eso es que hay que tener recetas caseras, fáciles y rápidas para ir variando el menú. Que sea completo con proteínas, carbohidratos y vegetales, esta receta cumple con todas las características es rápida y gusto de todos en la casa!

Budín de Arroz al Horno

Receta

2 huevos
4 tazas de arroz cocido
500 cc. de crema
150 grs. de queso mozzarella
200 grs. de jamón picado, puede ser de pavo
1 zanahoria rallada
1 cebolla chica picada en cuadritos
sal y pimienta
queso para gratinar
perejil para decorar

Precalentar el horno a 180 grados, preparar una budinera con aceite en spray o enmantequillar.

En un bol mezclar los huevos, crema, queso, jamón, zanahoria y cebolla. Revolver bien todos los ingredientes y salpimentar a gusto.

En la budinera hacer una capa con dos tazas de arroz, luego esparcir todo el relleno, luego tapar con dos tazas mas de arroz. Espolvorear con queso para gratinar, llevar al horno tapado con papel plateado de 20 a 25 minutos, luego sacar el papel y gratinar por dos minutos.