



ARRÒS AMB BOLETS

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 280 g de arròs blanc
- 200 g de bolets
- 150 g de ceba
- 125 g de mantega
- 45 g de formatge parmesà
- 800 ml de caldo de pollastre
- 100 ml de vi blanc sec
- sal
- pebre

LA PREPARACIÓ

- Peleu la ceba i piqueu-la. Salteu-la en una paella amb un poc de mantega (aproximadament la meitat de la quantitat indicada) fins que comence a agafar color. Incorporeu-hi l'arròs i els bolets tallats a tires.
- Deixeu que s'evapore l'aigua que amollen els bolets. Afegiu-hi el vi i deixeu-ho uns minuts a foc mitjà. Incorporeu-hi la meitat del caldo i coeu-ho a foc suau fins que s'haja absorbit el caldo.
- Afegiu-hi la resta del caldo i coeu-ho de nou perquè s'absorbsca tot el caldo.
- En l'últim moment, afegiu-hi la mantega que queda i el formatge. Salpebreu-ho.



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 59.3 g	Grases 29.7 g
Kcal 569	Proteïnes 11.2 g