



## Arroz integral con vegetales

Categoría: Plato Fuerte

Tu comida necesita de una deliciosa guarnición, acompáñala con ésta. ¡A tu familia le encantará!



Preparación  
**35 min.**



Dificultad  
**Media**



Porciones  
**4 personas**



### Ingredientes

- 1 taza de Puré de Tomate Condimentado La Costeña®
- 1 lata de Frijoles Negros Enteros La Costeña®
- 1 lata de Elote Dorado La Costeña®
- 1 lata de Pimiento Morrón en Tiras La Costeña®
- 4 cdas de Cebolla blanca picada
- 2 dientes de Ajo
- 4 cdas de Aceite
- 2 tazas de Arroz integral cocido
- 1/2 taza de Caldo de verduras
- Sal y pimienta al gusto
- 1 pieza de Aguacate en cubos
- 4 cdas de Cilantro picado



### Preparación

1. Licúa el ajo y la cebolla con el Puré de Tomate Condimentado La Costeña®. Reserva.
2. Calienta el aceite en un sartén, vierte la mezcla del puré y sofríe. Añade el arroz, mezcla y reserva.
3. Drena los Frijoles Negros Enteros La Costeña®, el Elote Dorado La Costeña® y el Pimiento Morrón en Tiras La Costeña®. Añádelos al arroz y mezcla.
4. Sirve con aguacate y cilantro.