

CANASTITAS DE ARROZ RELLENAS DE ENSALADA DE AGUACATE Y PEPINO

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocción: 25 minutos

Salen 12 canastitas

Ingredientes:

Para hacer las canastitas:

- 3 tazas de arroz cocido (200 gr. de arroz crudo)
- 1/2 taza de queso mozzarella rallado
- 2 huevos
- Sal al gusto

Para hacer la ensalada:

- 1 pepino, cortado en pedazos pequeños
- 1 aguacate, cortado en pedazos pequeños
- Cilantro picado
- 1/2 limón, jugo
- Un chorrito de aceite de oliva
- Sal y pimienta al gusto

Instrucciones:

1. Calentar el horno a 410 F (210 C) y preparar un molde para muffins bien engrasado.
2. En un recipiente mediano agregar el arroz cocido, los huevos, el queso y la sal, mezclar todo bien.
3. Repartir la mezcla de arroz en el molde para muffins, llenar un poco más arriba de la mitad y con la ayuda de un vaso más pequeño que el tamaño de los muffins, aplastar para formar las canastitas.
4. Hornear durante 25 minutos o hasta que estén ligeramente doradas. Sacar del horno, dejar enfriar y desmontar. Mientras se enfrían preparar el relleno.
5. En otro recipiente agregar el pepino, aguacate, cilantro, jugo de limón, chorrito de aceite de oliva, sal y pimienta al gusto, mezclar todo bien.



6. Rellenar las canastitas con la ensalada, espolvorear un poco de chile en escamas y listo para disfrutar y ser muy feliz.

Notas:

*Estas canastitas las puedes hacer en el Airfryer a 200 C durante 18 minutos. También las puedes hacer con arroz integral.

*El queso lo puedes sustituir por el que tengas en casa o eliminarlo de la receta. A mi me encanto asi, porque le da extra sabor a la canastita, pero es cuestion de gustos 😊