

Lista de ingredientes para la receta Pez vela en cítricos y arroz con coco

Ingredientes

- Jugo de Limón 1 cda.
- Leche de coco 1/2 Taza
- Sal A gusto
- Berenjena 1 Unidad
- Huevo 1 Unidad
- Pimiento amarillo 1 Unidad
- Achiote en polvo 1 cdita.
- Hoja de plátano 1 Unidad
- Aceite De Oliva Cantidad necesaria
- Jugo de mandarina 1 cda.
- Calabacines 1 Unidad
- Harina de trigo Cantidad necesaria
- Mantequilla clarificada 100 g
- Arroz 1 Taza
- Jugo de Naranja 1 cda.
- Cebolla Larga 1 Unidad
- Hojas de espinaca 20 Unidades
- Coco 1 Unidad
- Semillas de ajonjolí negras Cantidad necesaria
- Aceite de girasol Cantidad necesaria
- Pez vela 2 Rodajas