

# Crema De Arroz con quinoa



**Porciones:** 2

**Tiempo de preparación:** 20 minutos

## Ingredientes:

½ taza de arroz integral cocinado  
¼ taza de *quinoa* cocinada  
Agua  
Leche vegetal de arroz o almendra  
Canela en rama  
Nueces picadas  
Frutos rojos

## El paso a paso:

1. Esta crema es una opción cuando tenemos cereales ya cocinados, podemos tomarlos en el desayuno.
2. Los ponemos a calentar con una parte de agua y media de leche vegetal.
3. Añades una ramita de canela.
4. Sírvela con nueces picadas y o frutos rojos.

Hoja 1 de 1