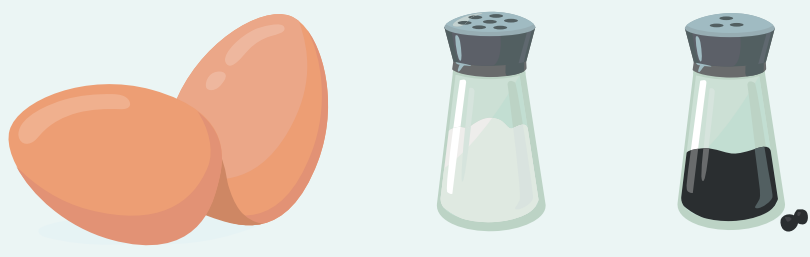


RECEPTA

QUICHE AMB BASE D'ARRÒS amb sobra d'arròs bullit



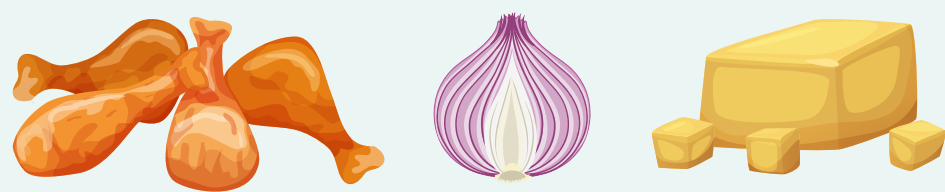
1.

Afegim 2 ous crus, sal i pebre a l'arròs, barrejar i posar en un motlle cobrint la base i parets.



2.

Posem al forn a 180º fins que estigui daurat i retirem.



3.

Podem posar qualsevol farcit a la base d'arròs, per exemple: Pit de pollastre bullit i esmicolat, amb ceba caramelitzada, daus de formatge tendre i 1 ou.



4.

Es barreja tot es posa sobre la base i tornem al forn a 180º fins que estigui daurat.



RECEPTA

COQUETES D'ARRÒS

amb sobra d'arròs bullit



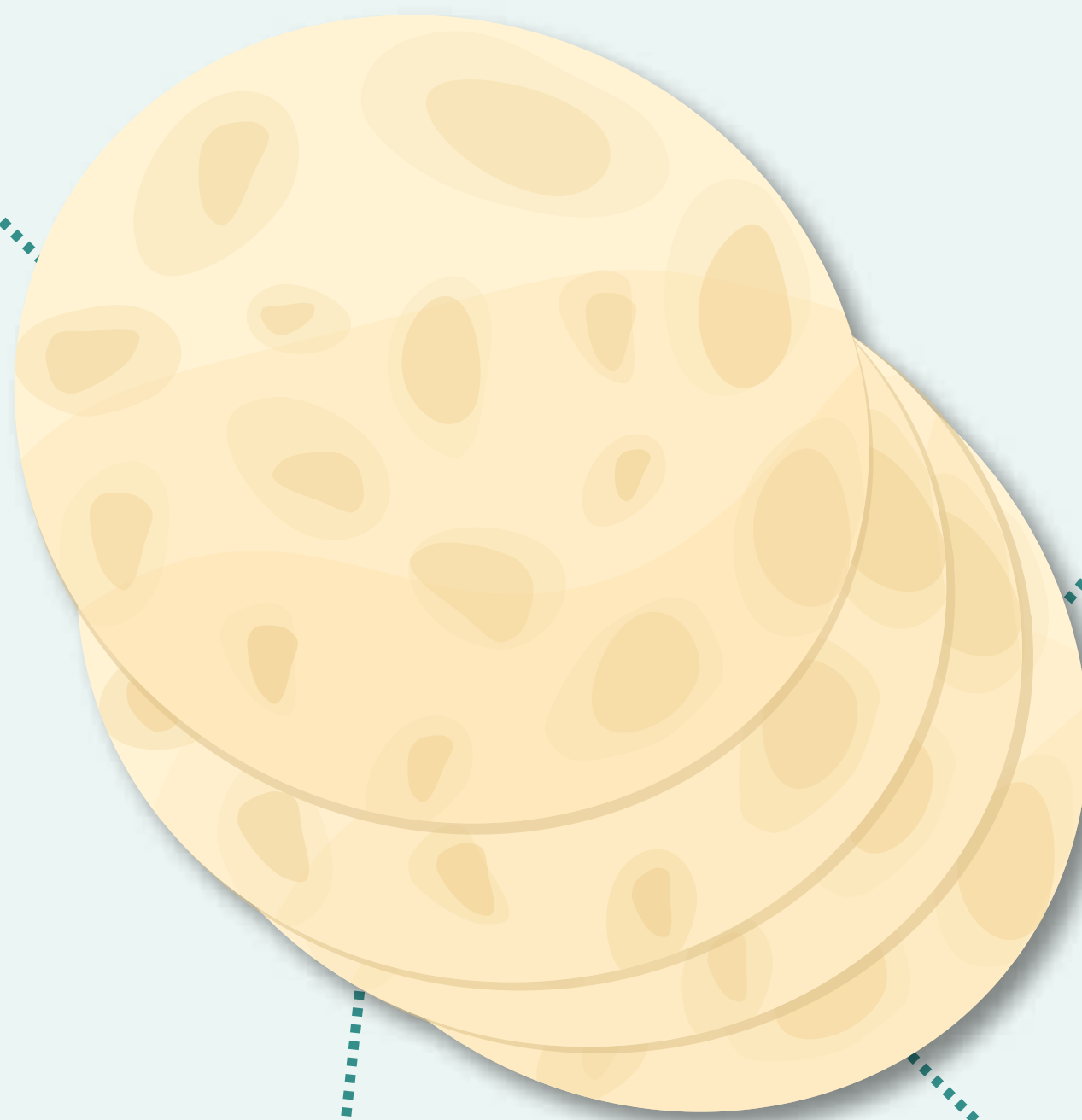
1.

Afegim a 1 tassa d'arròs, 1 cullerada de farina, 1 cullerada de parmesà ratllat, 1 ou petit lleugerament batut, 3 cullerades de llet desnatada



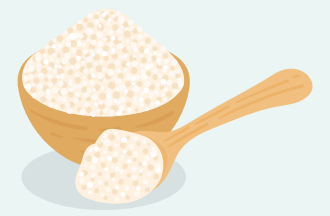
2.

Barregem els ingredients i posem una cullerada de la massa a la paella amb una mica de mantega o oli



3.

Donem forma de disc, fins que estiguin daurades per les dues cares



4.

Tirem sucre per sobre i les mengem calentetes



RECEPTA

MENJAR BLANC D'ARRÒS

amb sobra d'arròs cru



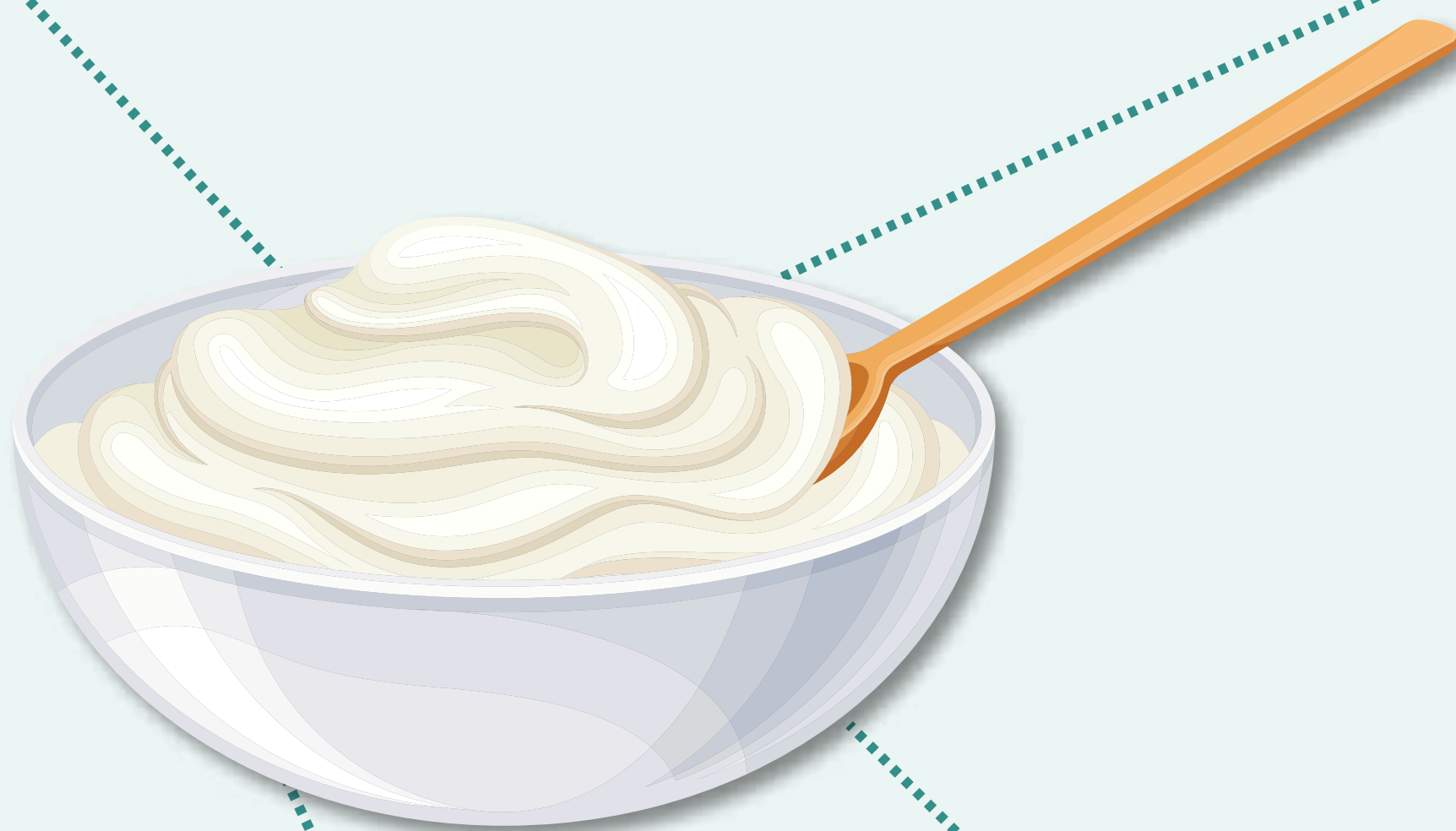
1.

Primer triturar 50 gr. d'arròs fins a obtenir una farina.



2.

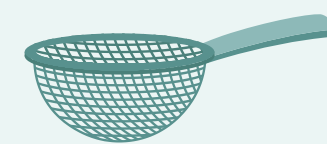
Després, bullir la llet amb el canó de canyella, la pell de la llimona i el sucre.



Lorem ipsum

3.

Un cop bulli, afegir l'arròs triturat i coure sense parar de remenar fins que s'espesseixi.



4.

Colar. Posar-ho en recipients individuals amb un polsim de canyella molta.



RECEPTA

SOPA D'ARRÒS

amb sobra d'arròs a banda, conill, paella



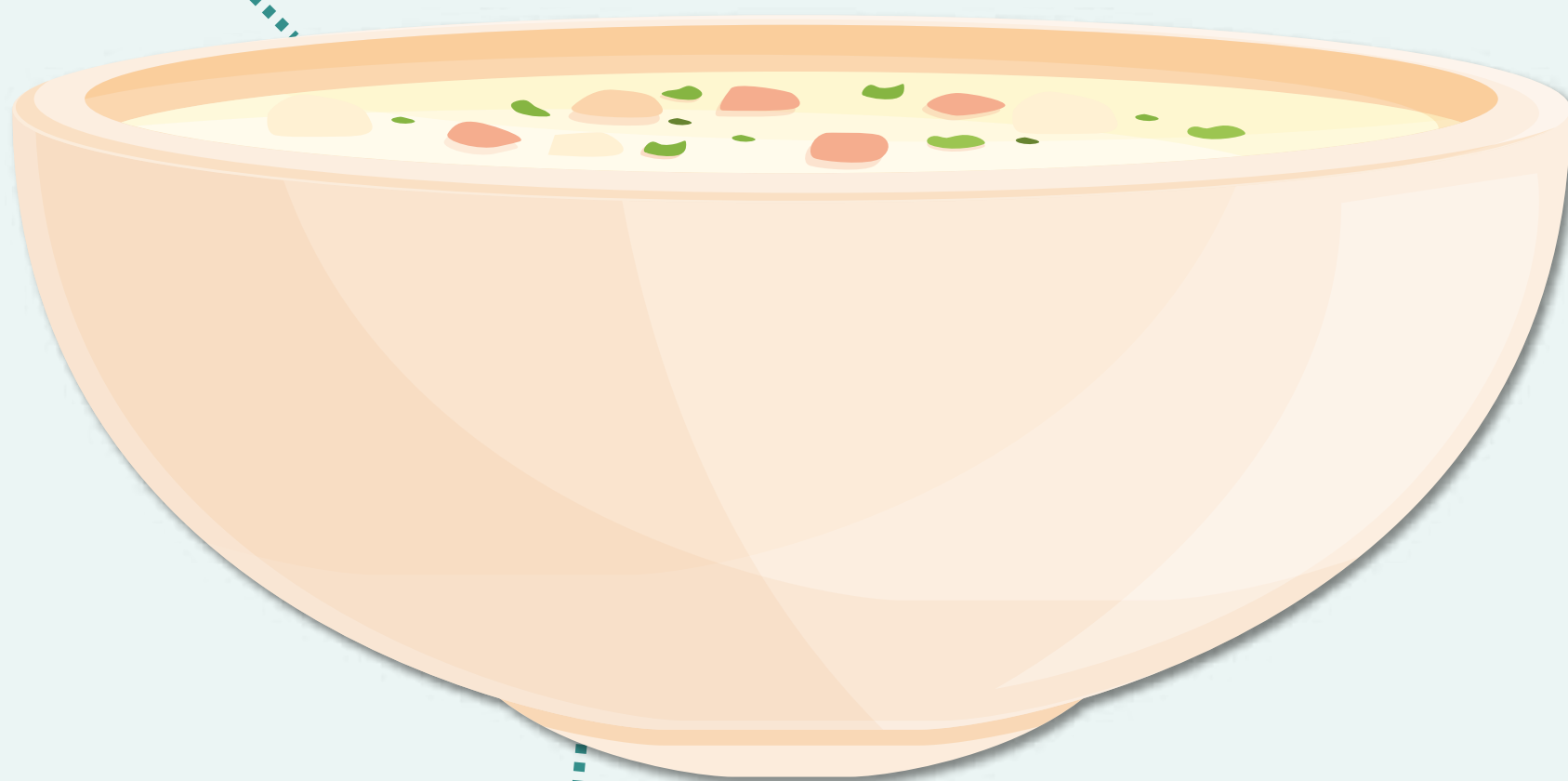
1.

Podem convertir un plat d'arròs que ens ha sobrat en una sopa d'arròs per 2-3 persones



2.

Només afegint-hi aigua o brou



3.

Deixant bullir 15 minuts perquè agafi el gust del guisat



RECEPTA

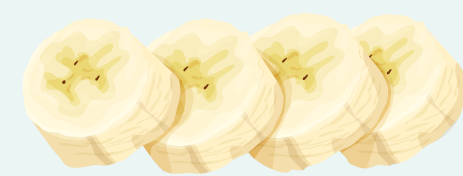
PÚDING DE PLÀTAN

amb sobra de pa de pessic/brioixeria seca i plàtans massa madurs



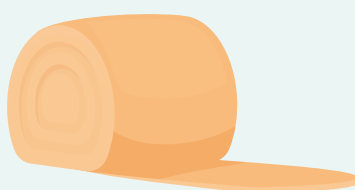
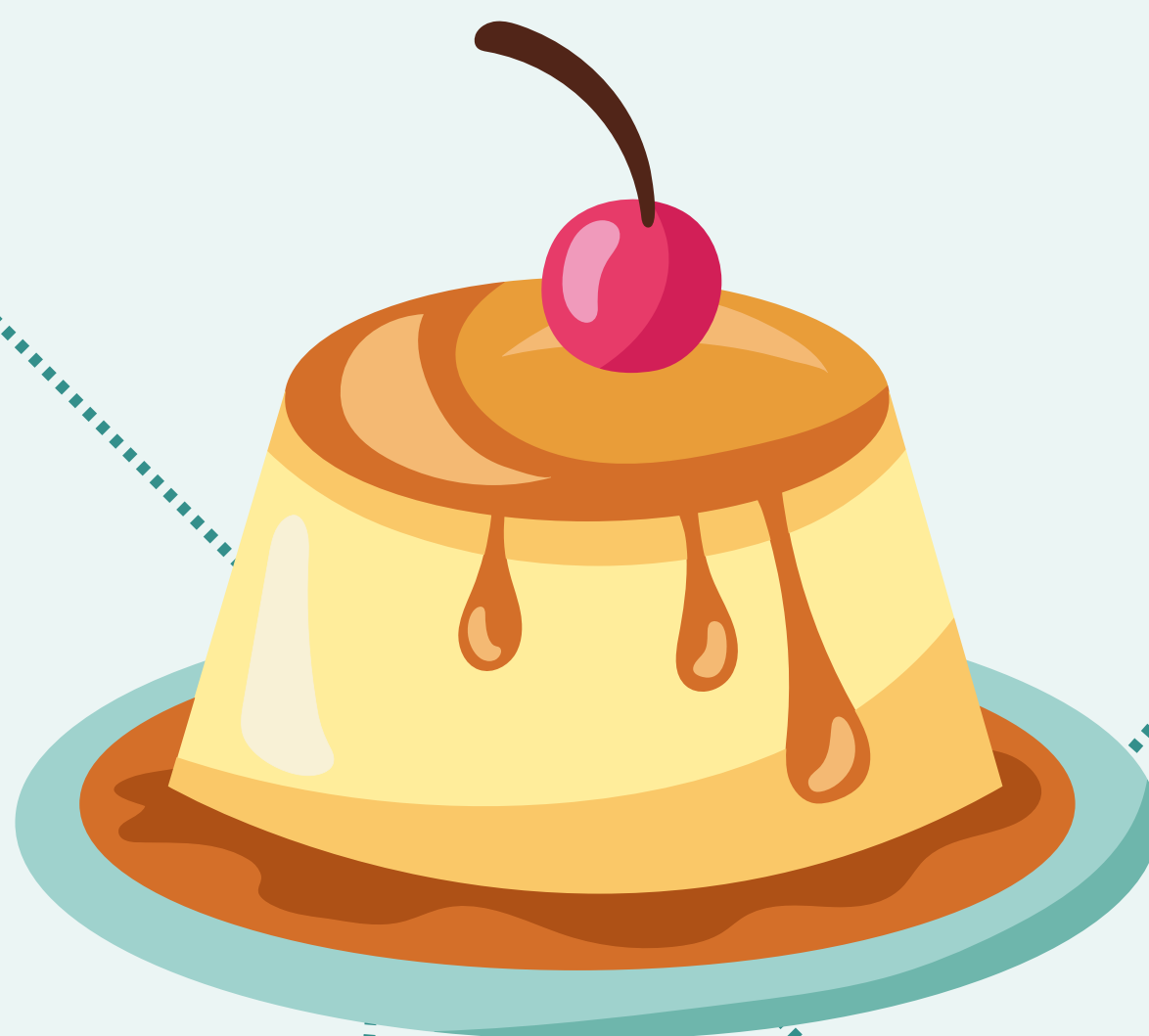
1.

En un motlle cobrir de caramel el fons



2.

Repartim el plàtan en rodanxes per sobre



3.

Dipositem una capa de pa de pessic i tapem amb preparat de flam (seguir les instruccions del sobre)

4.

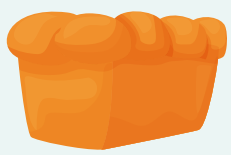
Si s'escau anar fent capes fins a omplir el motlle.



RECEPTA

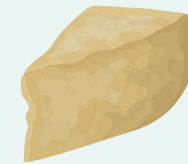
CAKE POPS

amb sobra de pastís o magdalenes seques



1.

Trossegem ben fi les restes de pastís, magdalena o coc sec, fins que quedi com la textura del pa ratllat gairebé.



2.

En un bol gran hi posem crema de formatge a temperatura ambient i cacau en pols (i sucre, opcional, o directament crema de cacau), barregem bé i hi afegim les molles de pastís fins que es formi una massa (hi ha d'haver una proporció d'una part de crema per dues de molles).



3.

Deixar reposar 1 h a la nevera perquè acabi d'agafar consistència, fer-ne boles i banyar-les en xocolata (desfer una tauleta al microones o al bany maria).

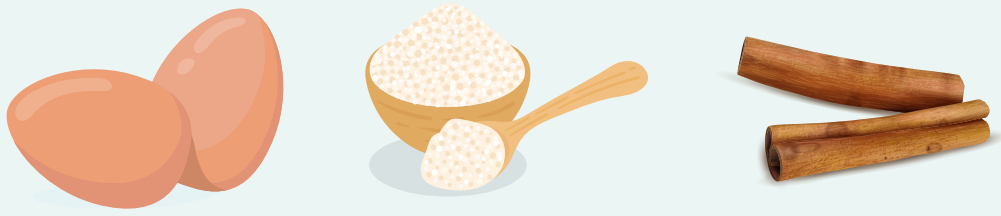
4.

Es pot afegir a les TRUFES un palet abans de banyar-les en xocolata per tenir CAKE POPS



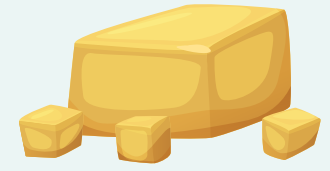
RECEPTA

TORRADES FRANCESES amb sobra de pa sec



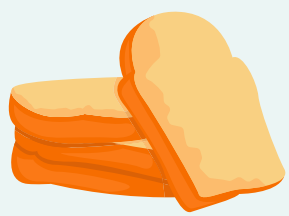
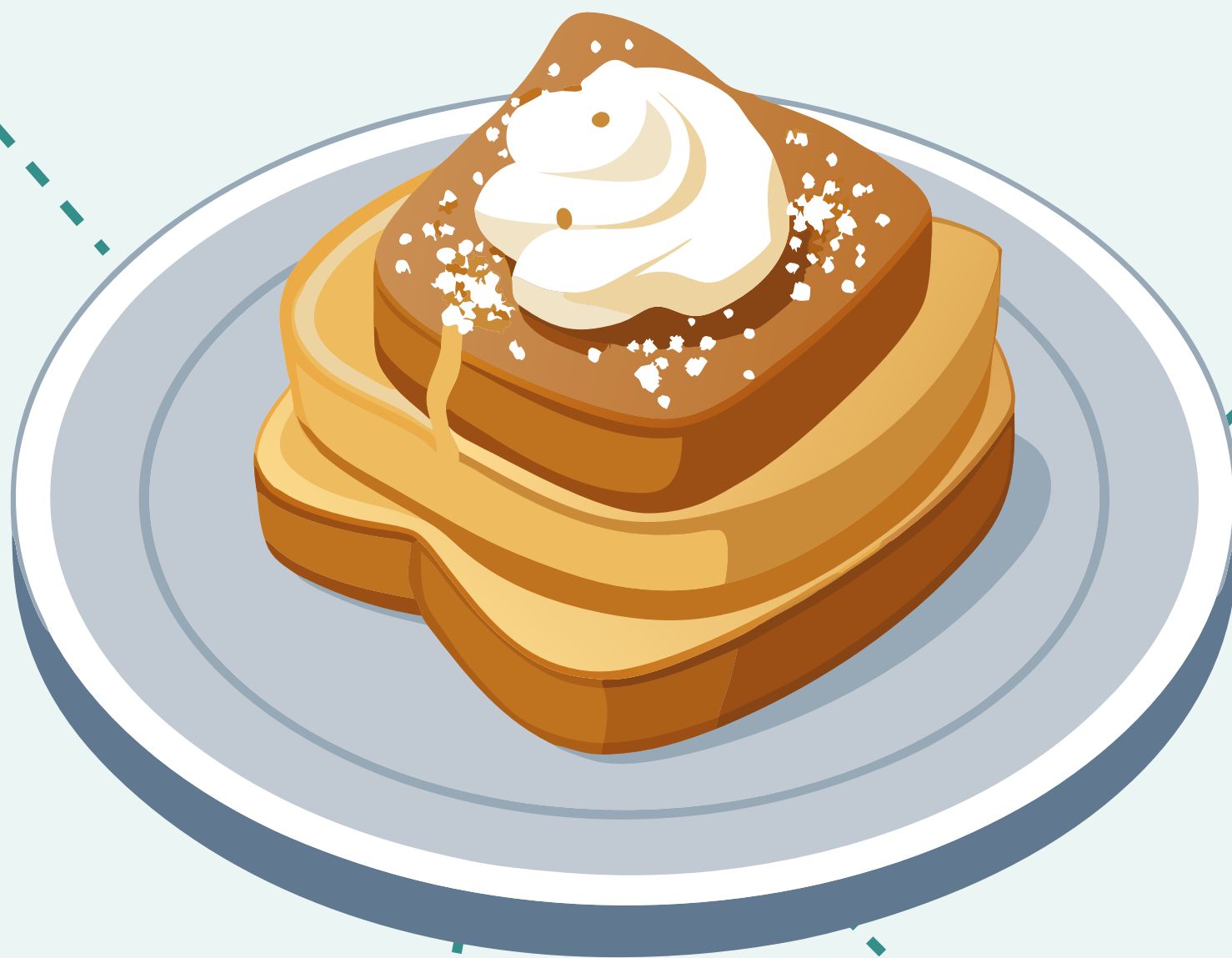
1.

Banyem el pa fins que s'estovi amb una barreja d'ou, sucre i canyella.



2.

Desfem una mica de mantega en una paella daurat i retirem.



3.

A la planxa hi daurem les llesques remullades a la planxa ben calenta.

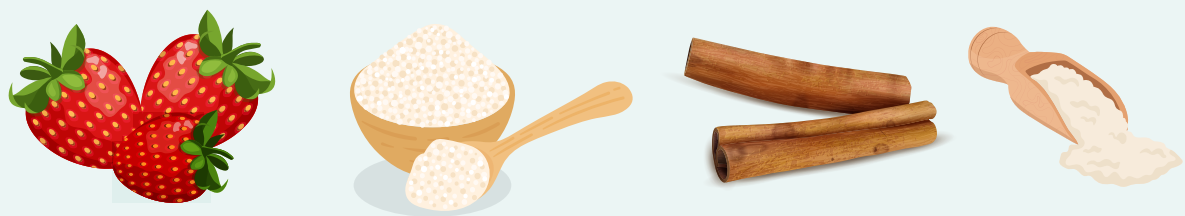
!

Com a curiositat, Els americans en diuen French Toast.



RECEPTA

CRUMBLE DE FRUITA amb sobra de fruita massa madura



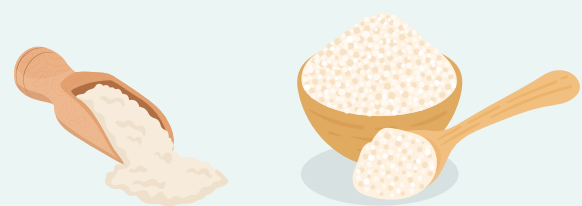
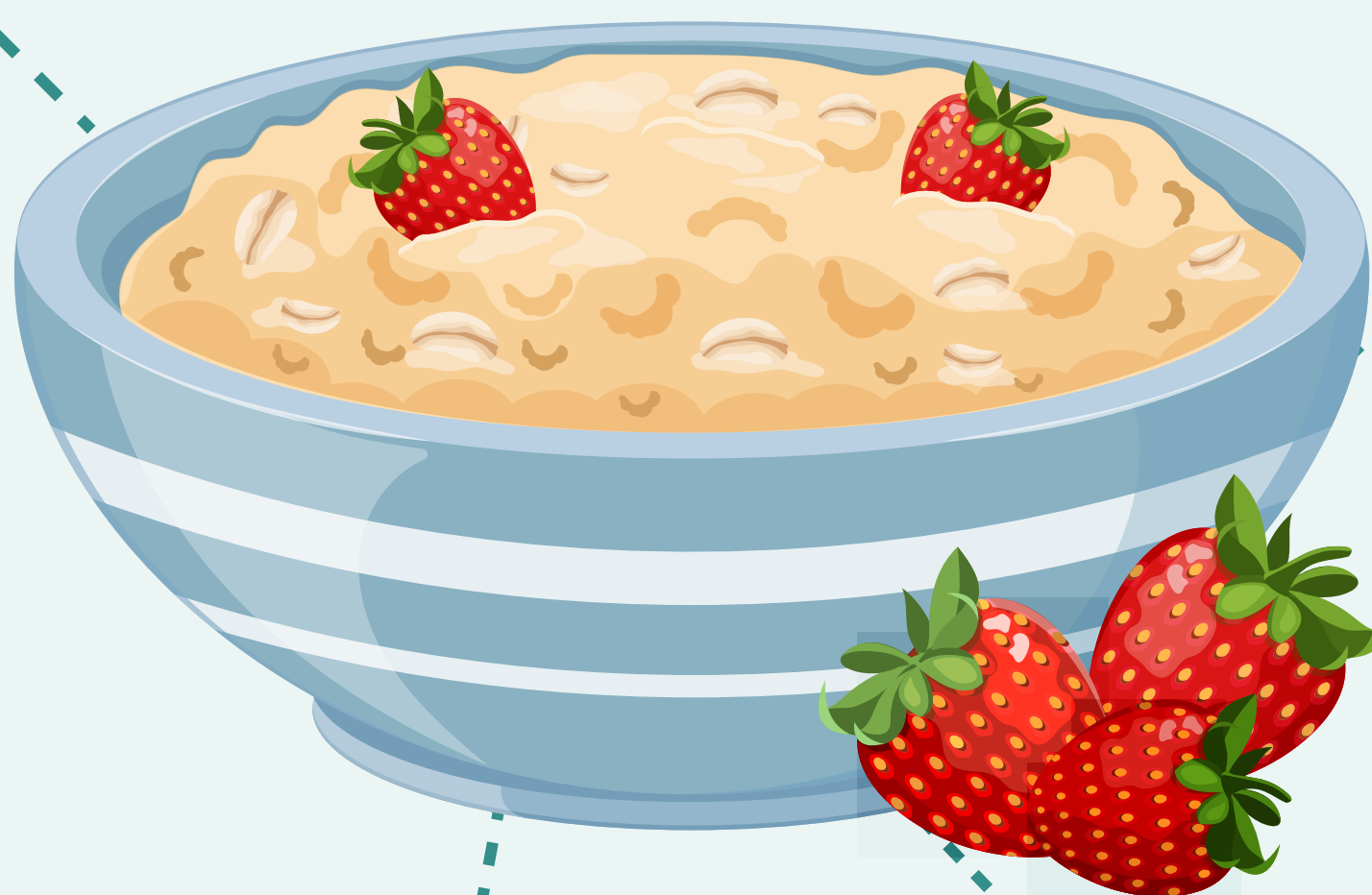
1.

Pelem i tallem la fruita i la posem en una safata apta pel forn (opcionalment podem afegir sucre, canyella i una cullerada de farina i barrejar-ho bé amb els daus de fruita).



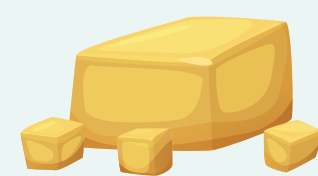
2.

Cobreix la fruita amb el crumble i forneja a 180º durant 40 minuts.



3.

Per a fer el crumble posa la farina (300 gr) i el sucre (175 gr) en un bol i mescla bé.



4.

Afegeix a poc a poc la mantega (200 gr) en petits daus i continua barrejant amb les mans fins a aconseguir una massa similar a les "Migas", amb alguns trossos petits i altres més grans.



RECEPTA

PASTÍS DE CARN

amb sobra d'estofat o rostit



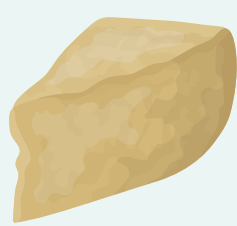
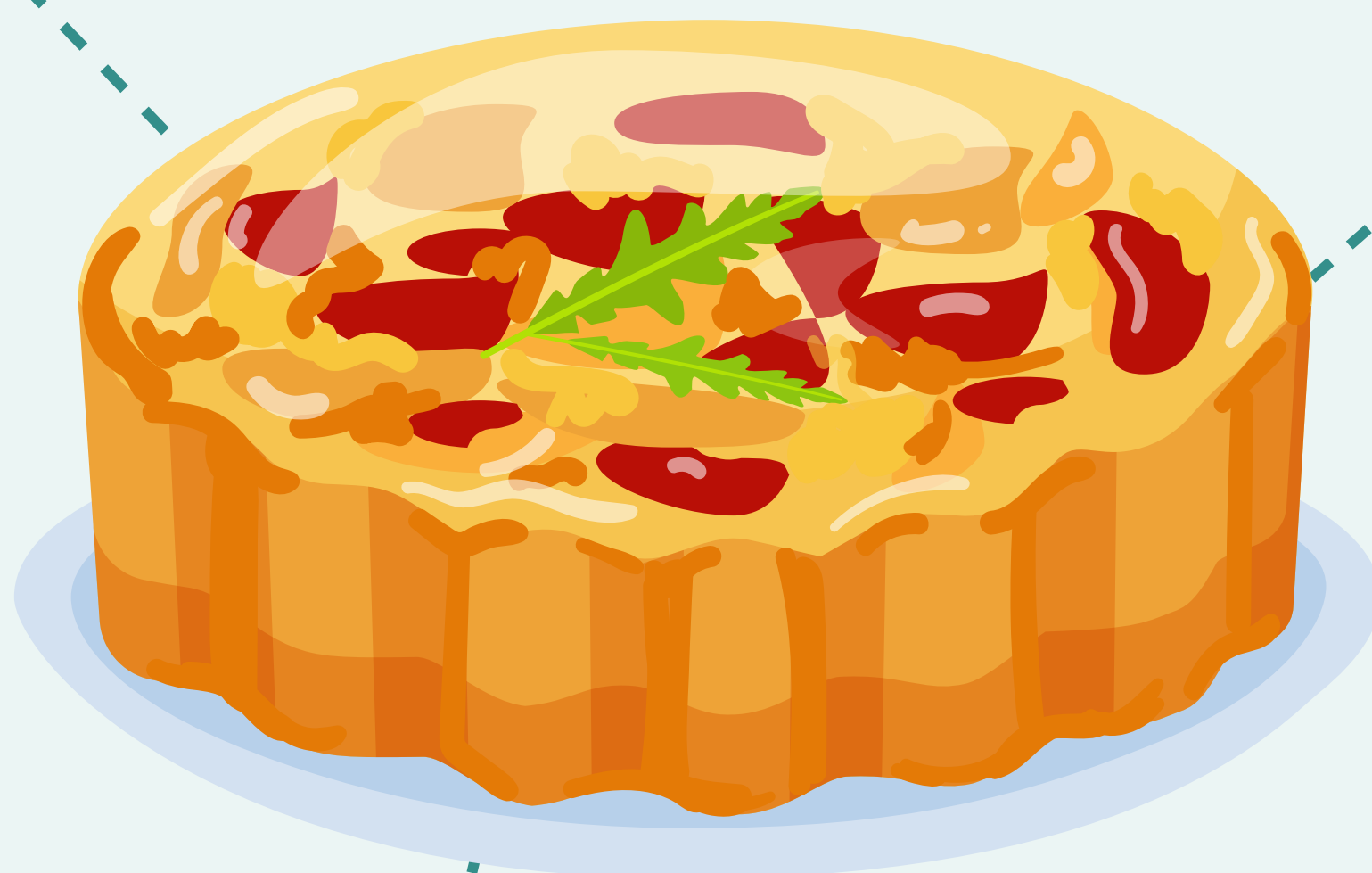
1.

Esmicolem la carn i els condiments i la salsa.



2.

Creem un pastís de carn intercalant capes de puré de patata amb capes de carn, acabem amb puré de patata.



3.

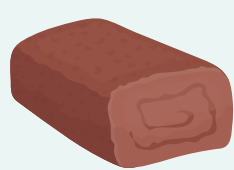
Hi tirem formatge ratllat i gratinem.



RECEPTA

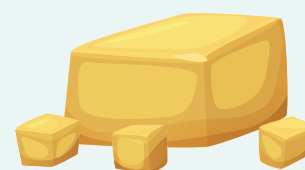
CROQUETES

amb sobra de rostit o carn d'olla



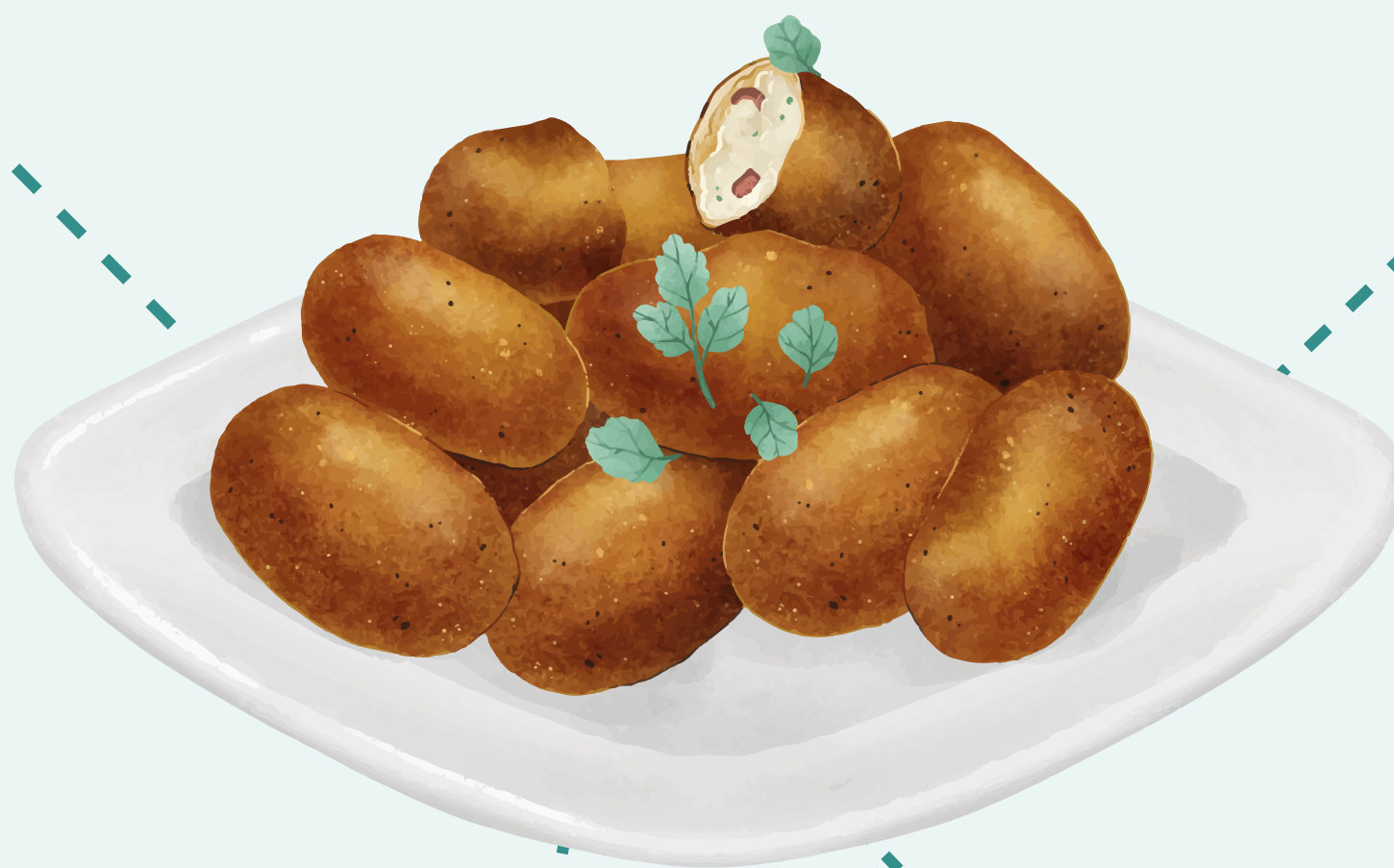
1.

Esmicolem la carn.



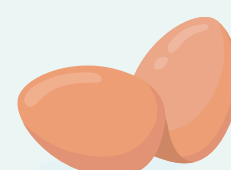
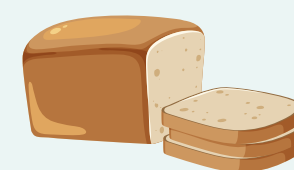
2.

En una paella amb una mica de mantega o oli, daurem la farina fins que agafi color, hi afegim la carn i, a poc a poc, anem afegint-hi llet fins que espesseixi força.



3.

Deixem reposar la massa tota la nit tapada amb un film.



4.

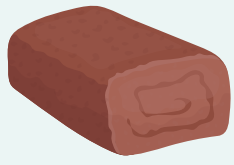
Fem boletes o croquetes, les passem per ou i pa ratllat i les fregim.



RECEPTA

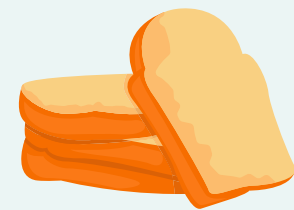
ENTREPÀ DE ROSTIT AMB VERDURES

amb sobra d'estofat o rostit



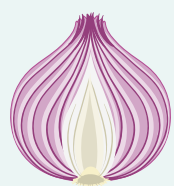
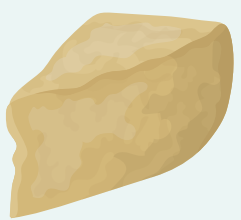
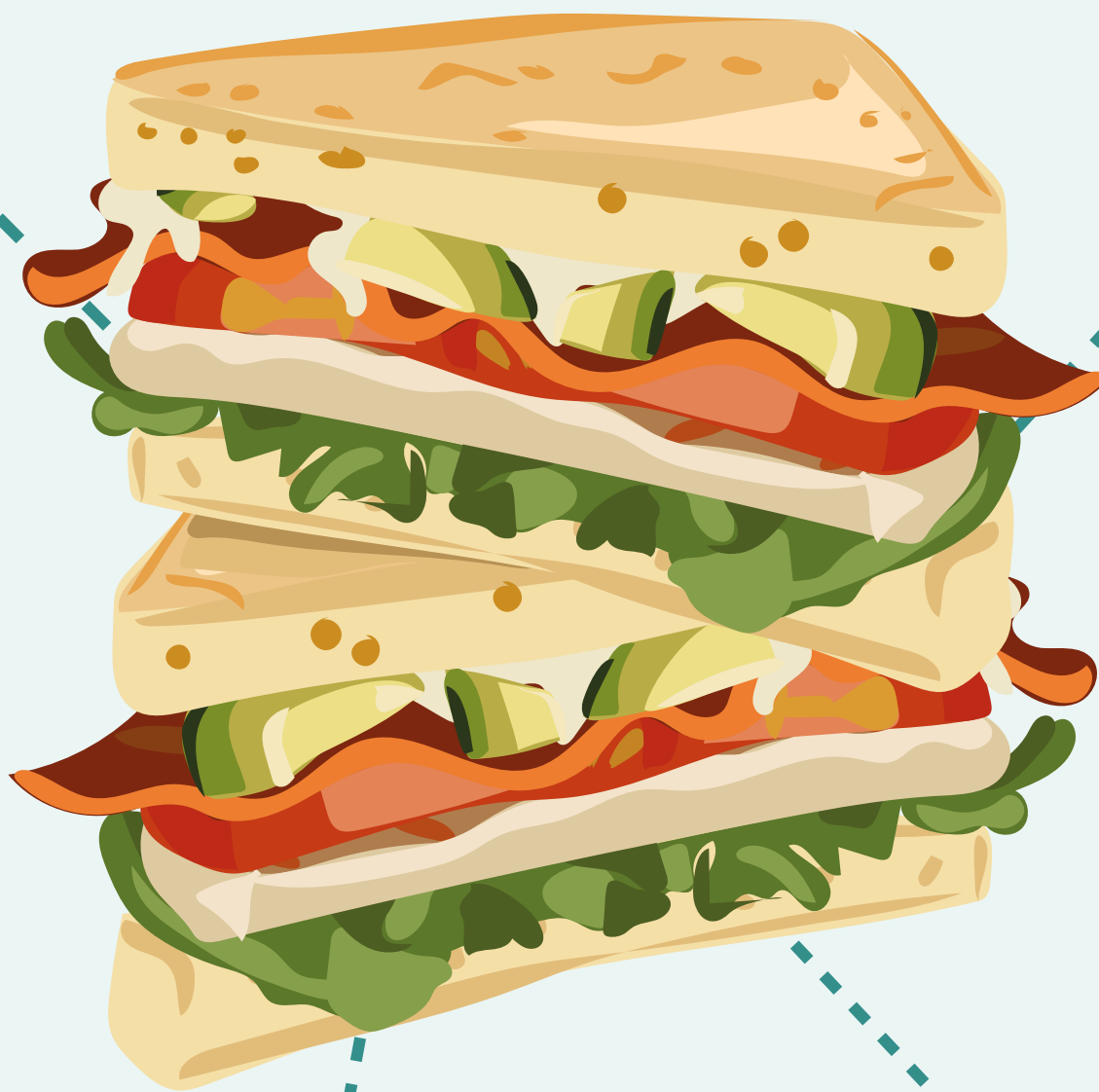
1.

Esmicolem la carn amb la salsa,
i la deixem a la nevera.



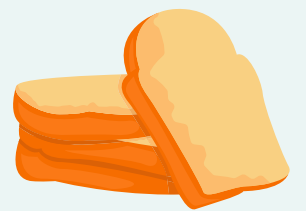
2.

Xopem una llesca de pa de motlle
amb la salsa.



3.

Creem un sandvitx amb pa de motlle,
verdures i formatge, la llesca
amb salsa, la carn trinxada



4.

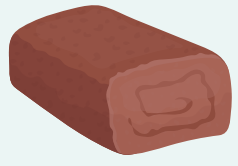
Tapem amb una altra llesca
de pa de motlle.



RECEPTA

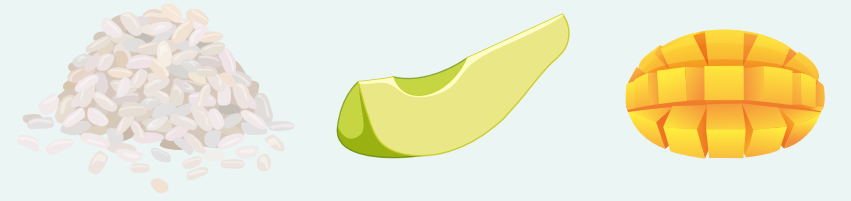
POKE BOWL

amb sobra de rostit o carn d'olla



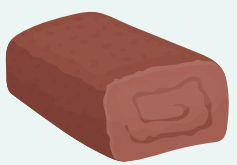
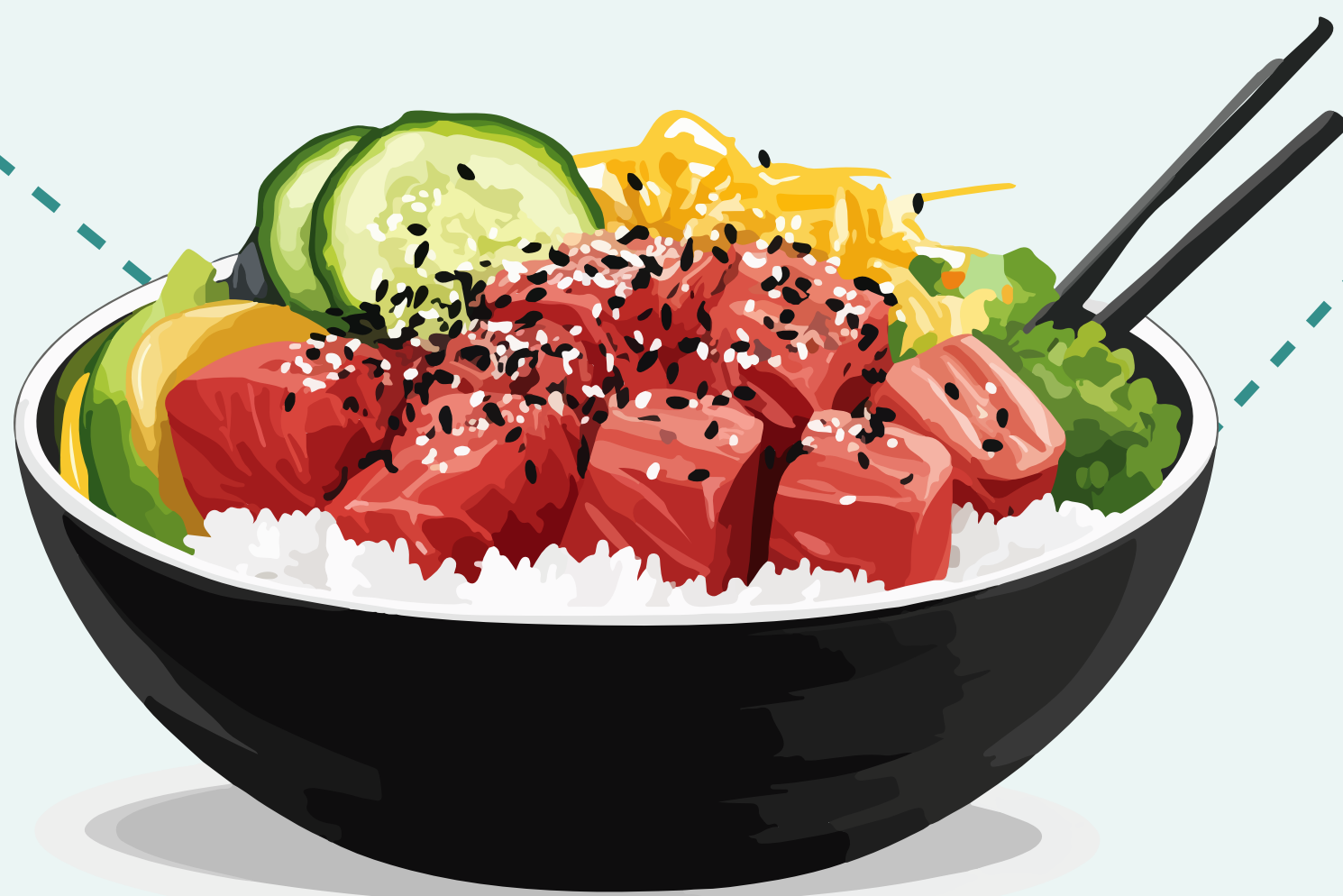
1.

Esmicolem la carn deixem a part la salsa, en un bol.



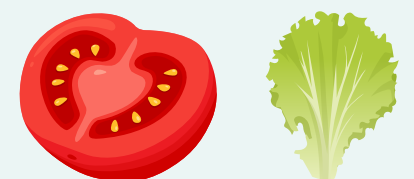
2.

hi posem una base d'arròs, mig alvocat tallat en fines llesques, una mica de pinya a daus o mig mango en daus, blat de moro o edamame si en tenim.



3.

Afegim la carn amb la resta d'ingredients.



4.

Ho presentem tipus Poke Bowl o com una amanida tèbia amb tomàquet i enciam.

