

Arroz com o quê?

Receitas doces
e salgadas à
base de arroz

3ª edição
revista e ampliada

*Marina Aparecida Souza de Oliveira
Noris Regina de Almeida Vieira
Michela Okada Chaves
Lígia Tereza Borges Cinalli*



EMATER
Empresa Brasileira de Assistência Técnica Rural

Embrapa

Resumo de Arroz com o Que?

O arroz, já reconhecido por muitos como precioso alimento, é geralmente considerado, por outros tantos, apenas como prato auxiliar em uma mesa preparada com iguarias modestas. Estamos, assim, familiarizados com o arroz simples, cozido, solto, cujo preparo não inclui quaisquer outros ingredientes, além da água, do sal e do óleo.

Contudo, o arroz vem, cada vez mais, aparecendo na cozinha nacional e internacional como prato especial, selecionado por consumidores exigentes e de paladar requintado, distinguindo-se tanto em pratos salgados como em sobremesas.

Além da sua versatilidade e de facilidade de preparo, o arroz vem, também, ocupando lugar de destaque pelas suas características como alimento funcional, ou seja, não apenas suprimindo nossas necessidades nutritivas, satisfazendo nosso paladar ou saciando nosso apetite e ajudando na prevenção de várias doenças e atuando como fonte energética de inigualável valor.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)