

# Arroz doce (sem leite)

<https://sem lactose.com/2016/06/19/arroz-doce-sem-leite/>

Atualizado em: novembro 27, 2019

[Tempo de Preparo](#) [Tempo de Cozimento](#) [Dificuldade](#) [Porções](#)

[00:10](#)

[00:40](#)

[Baixa](#)

[06](#)

Arroz doce lembra sobremesa de infância e festa junina, não é mesmo? Também chamado de arroz de leite, essa sobremesa teve origem na Ásia, foi levada para a Europa e possivelmente chegou até o Brasil pelos portugueses. Nesses últimos anos, o brasileiro decidiu acrescentar leite condensado e creme de leite, deixando a sobremesa muito mais doce e calórica.

A minha proposta para esta versão que criei foi revisitar a receita original e prepará-la sem o uso de ingredientes lácteos. Para dar aquela cremosidade que a gente tanto gosta, decidi usar o arroz carnaroli, usado para fazer risotos. Esse arroz, em contato com o álcool, solta bastante amido, deixando o risoto bem cremoso. Resolvi aplicar esse mesmo princípio para o nosso arroz doce. Ao invés do leite de vaca, utilizei uma mescla de leite vegetal com leite de coco; este último possui um teor de gordura maior e também ajuda a dar a cremosidade necessária. Reduzi o açúcar ao mínimo necessário, mas você pode decidir na hora de preparar o seu arroz doce se vai querer adicionar um pouco mais. Vamos aos ingredientes?

## INGREDIENTES

- 1 xícara de arroz carnaroli ou arbório\*
- 100 ml de cachaça (opcional)
- 2 xícaras de leite vegetal (pode ser leite de arroz, amêndoas, soja ou qualquer outro)
- 1 xícara de leite de coco
- raspas de 1/2 limão siciliano
- 1/4 de colher de chá de essência de baunilha
- 5 cravos
- 2 gemas
- 5 colheres de sopa de açúcar demerara
- canela em pó (para servir a sobremesa)

## PREPARO

1. Coloque o arroz em uma panela de fundo grosso (para evitar que queime durante o cozimento)
2. Adicione a cachaça e deixe cozinhar em fogo baixo até evaporar quase por completo. Mexa com uma colher para garantir que o arroz ficará soltinho.
3. Acrescente o leite vegetal e o leite de coco junto com a baunilha, os cravos e as raspas de limão e deixe o arroz cozinhar em fogo baixo por cerca de 25 minutos ou até ele estar bem macio.
4. Bata as gemas com o açúcar com a ajuda de uma colher até ficar cremosa.
5. Adicione a gemada mexendo sempre o arroz enquanto faz esta adição para evitar que empelote.
6. Teste o sabor do creme, retire os cravos (eu prefiro servir sem eles) e sirva o arroz doce em potinhos com canela polvilhada por cima.

\*Você também pode usar o arroz branco comum para fazer esta receita. Mas neste caso não acho necessário adicionar a cachaça. Comece o cozimento com o leite vegetal e o leite de coco. Também reduza o tempo de cozimento. O arroz branco comum deve ficar bem macio em torno de 15 minutos.

Este site usa cookies para oferecer uma melhor experiência aos visitantes. [OkPolítica de Privacidade](#)