



Arroz con verduras

TIEMPO DE ELABORACIÓN: 60 minutos

INGREDIENTES (Para 4 personas)

- 2 alcachofas.
- 1/2 kg de coliflor.
- 1 pimiento rojo.
- 8 ajos tiernos.
- 1 tomate.
- 1/8 litro de aceite de oliva.
- 400 gramos de arroz.
- 1 litro de agua.
- Sal.
- Azafrán.

ELABORACIÓN:

Una vez limpia la verdura y troceada, se pone el aceite en la paellera o sartén cuando el aceite este caliente, se echan las verduras y cuando estén casi fritas se agrega el tomate rallado ó triturado. Una vez frito se le añade el agua, la sal y el azafran y se deja hervir durante 30 minutos. (Debe quedar en la sartén el mismo volumen de agua que antes de hervir, añadiendole la que falte), cuando esté el agua hirviendo se pone el arroz, se le da una vuelta, y se deja cocer durante 10 minutos. A continuación se deja reposar durante 15 minutos tapado con papel.

DIFICULTAD: MEDIA

SUGERENCIAS:

El arroz debe ser de buena calidad, nunca se debe mover con la cuchara, si hace falta se mueve un poco la sartén, cuando se hecha el arroz se le puede poner por encima una lata de atun en escabeche, ó bacalao desmenuzado.