

ARROZ DE CERDO Y ALCACHOFAS

05

RECETAS EN RUTA



INGREDIENTES



2 personas

- 200g de arroz bomba
- 125g de costillas de cerdo
- 100g de magra de cerdo
- Cucharada de agua
- Cucharada de sal y pimienta negra
- 1/4 de pimiento rojo
- 2 alcachofas
- 2 limones
- 1 diente de ajo
- 1 poquito de perejil
- 1/2 ñora
- 4 hebras de azafrán
- 1 chorrito de aceite de oliva
- 1/4 de tomate
- 1 cucharadita de pimentón de La Vera (o normal)
- 1 ramita de romero fresco

PASOS A SEGUIR

- Sofrito:**

Ponemos la paellera, sartén u olla (da igual el recipiente) al fuego con un chorro de aceite de oliva. Cuando esté caliente, sofreímos la ñora y los ajos. Cuidado de no quemar la ñora, si esto ocurre, amarga y ya no valdría. Una vez sofrito lo ponemos en un mortero o cacharro donde poder machacarlo o triturarlo junto con el tomate, el perejil, el azafrán, y el pimentón. Trituramos y reservamos. Cortamos el pimiento a tiras, y las alcachofas las pelamos y las cortamos por la mitad y reservamos en agua con limón para que no se oxiden. Ahora en el mismo recipiente y el mismo aceite sofreímos la carne previamente salpimentada. Una vez dorada, apartamos. A continuación sofreímos el pimiento rojo y las alcachofas.
- Añadimos la carne:**

Una vez terminado el sofrito, añadimos la carne, el triturado que teníamos guardado y la rama de romero. Rehogamos 2' y añadimos agua hasta cubrir por completo la carne pero no en exceso.
- Incorporamos el arroz:**

Cuando la carne esté tierna y más o menos tengamos medio litro de caldo en la olla (si hubiera demasiado, quitamos y reservamos para otra vez, y si faltara, podemos añadir un poquito más de agua) añadimos el arroz y el colorante. Dejamos cocinar 16' a fuego fuerte. Pasados los 16', paramos el fuego, tapamos y dejamos 4' de reposo bien tapado. A continuación servimos en los platos y acompañamos con un buen chorro de limón.

Si queremos hacer esta receta para más personas, simplemente hay que multiplicar las cantidades por el número de comensales.

#CUIDA
TU
DIETA
EN RUTA

Consulta más recetas y consejos en
www.andamur.com/cuidatudietaenruta