

Arroz mediterráneo

Ingredientes:

Caldo

800 gr Agua
50 gr Zumo de naranja
2.5 Avecrem de verduras

Perejil
Azafrán

4 dientes Ajos

La base

350 gr Arroz

Las verduras

100 gr Judías verdes
50 gr Guisantes
100 gr Coliflor
100 gr Champiñones fileteados
100 gr Calabacines
100 gr Alcachofas

Sofrito

100 gr Aceite oliva
2 dientes Ajos
100 gr Pimiento
100 gr Pimiento verde
200 gr Tomate natural triturado

Elaboración:

Si pone las verduras frescas, pártalas finitas.

Ponga en el vaso los ajos, el perejil, las pastillas de caldo, trocee 15 seg. En vel. 4. A continuación añada el resto de los ingredientes del caldo, y triture durante 20 seg. En vel. 8 Reserve.

Sin lavar el vaso, ponga los ingredientes del sofrito. Trocee 8 seg. En vel. 3 ½ y luego programe 5 min. A 100° vel. 1.

PONGA LA MARIPOSA EN LAS CUCHILLAS añada a lo anterior todas las verduras reseñadas y programe 7 min. 100° en vel. 1.

Eche el arroz y programe 3 min. 100° en vel. 1. Añada el líquido del caldo que teníamos reservado y programe 13 min., temperatura varoma, vel. 1 (ponga sobre la tapadera el cestillo invertido para que no salpique).

Sáquelo después a una fuente de servir amplia y baja para que quede el arroz bien extendido, remuévalo con la espátula para que absorba el líquido, deje reposar y sirva.