

Arroz mediterráneo

Tipo de plato: Legumbres, Verduras, Arroz | Procedencia: Mesacamilla | Tiempo: 0 minutos

INGREDIENTES

Caldo

800 gr Agua

50 gr Zumo de naranja

2,50 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 100º vel. 1. PONGA LA MARIPOSA EN LAS CUCHILLAS añada a lo anterior todas las verduras reseñadas y programe 7 min. 100º en vel. 1. Eche el arroz y programe 3 min. 100º 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.