



Arroz negro en paella

- **Nivel de dificultad: Intermedio**
- **Tiempo de preparación: 45 min. (caldo aparte)**
- **Comensales: 4 personas**

Ingredientes

- 400 gr. arroz bomba (aprox. 3 tazas) 1,50 €
- 4 cigalas grandes (en su defecto, se pueden quedar sólo los gambones congelados) 18,00 €. Casi nadie las añade, pero a mi me encanta el fondo que le deja a la paella cuando las trituro, como veremos más adelante, pero no es necesario para un arroz negro.
- 5 gambones de los congelados 3,25 €
- 4 trozos de rape limpios y troceados 3,18 €
- 200 gr. gambas arroceras 1,69 €
- 1 sepia limpia cortada en daditos 6,37 €
- 2 tomates de rama sin pepitas y rallados 0,19
- 2 ajos pelados, sin hebras y cortados en láminas 0,15 €
- Caldo o fumet de pescado caliente: el doble y algo más que arroz, como 7 tazas (en su defecto, caldo natural de pescado marca Aneto) 3,31 €. Os aconsejo hacer el caldo de pescado de una vez y congelarlo en porciones para poder usarlo en distintas paellas, lo hiervo por 45 minutos de forma tradicional con: pez de roca (por ejemplo, salmonete), cola de rape, almejas chirlas, cangrejos, las cáscaras de gambas, cigalas o gambones, ñoras, aceite, cebolla, tomate, puerro, ajos, tomillo, romero, azafrán, sal y agua. Sale tan exquisito, que sirve no solo como caldo para paellas, sino que si se limpia el pescado, se puede servir como sopa de pescado. Me parece que haré un post del caldo.
- 1 dadito del tamaño de un cubito de hielo de picada (mezcla de aceite de oliva, ajo, perejil, almendras y azafrán tostado, todo muy picado en batidora) 1,50 €
- Aceite de oliva (como un tercio de vaso) y sal 1,80

Total: 42,94 € a dividir entre cuatro, **10,74 €/persona**. Esta paella es más cara al añadirle las cigalas, que si se sustituyen por gambones congelados reduce el coste. Si directamente se retiran las cigalas, se convierte en un plato más económico de unos 5,00 € por comensal.





Loleta

Life, Market & Cooking



Utensilios

- 1 paella de diámetro interior 50 cm. **(para una capa fina de arroz, que cuece mucho mejor)**
- 1 paellero (fuego) de gas con bombona de butano
- Microondas o vitrocerámica para calentar el caldo
- Mortero o batidora y colador
- Espumadera, rallador para el tomate, tablas de cortar, papel de aluminio, recipientes varios, etc.

Maridaje

Hace poco estuve en una celebración y me gustó el Blanco de Bodegas **Enate Gewürztraminer 2011** (D. O. Somontano), obra maestra de la viticultura alsaciana, es un vino que, muy bien asaptado a los viñedos, muestra un marcado carácter especiado ("Würzig", en alemán). Su aroma es amplio, con matices florales. Tiene un final sedoso y envolvente. Creo que va muy bien con este tipo de paella. Su precio es de 14 €.

Preparación

1. Como siempre, cortar los ajos en láminas, teniendo la precaución de quitarles la hebra o corazón del centro (así evitamos que se repita).
2. Añadir el aceite de oliva al fondo de la paella con los ajos. Una vez vertido los ajos y aceite, encender el fuego del paellero a medio-bajo.
3. Una vez comiencen a estar dorados los ajos, los retiramos al perímetro y añadimos el rape, que lo salamos, y lo hacemos sólo un poco (terminarán de hacerse con la cocción del arroz), acto seguido las cigalas, que también las hacemos poco, y finalmente en esta parte los gambones. Todos esto ingredientes los retiramos de la paella y las reservamos hasta el final.
4. A continuación añadimos el centro de la paella las cabezas y pinzas de las cigalas y gambas, machacándolas y obteniendo su jugo en la paella. Las cocinamos por unos cinco minutos a fuego medio y las retiramos y las reservamos para el caldo. Después añadimos la sepia y las cocinamos sobre el resto que han dejado las cigalas, los





Loleta

Life, Market & Cooking



gambones, las cabezas y la cáscaras. La sepia la tenemos por otros cinco minutos a fuego medio. Finalmente en este paso añadimos el tomate y lo removemos también por 5 minutos mezclándolo con la sepia a también a fuego medio.

5. Las cáscaras y cabezas que habíamos reservado las echamos en un vaso de batidora con un poco de caldo de pescado para obtener el mayor sabor posible del marisco. Con la batidora trituramos todo (mucho cuidado con las patas de las cigalas que son muy duras). Una vez todo triturado, lo pasamos por un colador y lo mezclamos con el resto de caldo.

6. Se mide el volumen de los 400 gr. de arroz en tazas (por ejemplo). En mi caso, ocupan 3 tazas (dependerá del tamaño de taza que uséis). Por tanto, reservaré de caldo de pescado unas siete tazas, 6 como medida fija del doble de arroz, y una más, para finalmente regar a demanda según vaya viendo la cochura del arroz a medida que se vaya cocinando. Pongo a calentar en el micro el caldo (2 min) a máxima potencia. Es muy importante que el caldo esté muy caliente cuando lo añadamos a la paella, ya que de otro modo, rompería la cocción del arroz.

7. Incorporamos el arroz junto al tomate y la sepia, y durante 4/5 minutos removemos constantemente a fuego medio. Rehogándolo conseguimos "dorar" un poco el arroz, que nos ayudará a darle soltura final.

8. Le añadimos muy picado y triturado una cucharada de aceite, ajo, perejil y azafrán, que le dará un toque especial. Se mezcla mientras se remueve el arroz con el resto de ingredientes. El aspecto que presenta la paella justo antes de verter el caldo es mezclado y uniforme.

9. Le añadimos al caldo el colorante negro de sepia para que adquiera el color negro. Se remueve todo y el aspecto será uniforme. Yo suelo usar dos sobres. Con el caldo muy caliente, lo vertemos y se remueve junto con el resto de ingredientes el caldo (que lleva incorporado la tinta de sepia) que dobla justo al volumen de arroz, 6 tazas. Luego, a demanda, veremos si hace falta regar con algo más de caldo para conseguir la soltura del arroz (que lo mantendremos reservado y caliente). Probamos de sal, y añadimos una pizca más si fuera necesario, teniendo en cuenta que el caldo del arroz debe ser sabroso





Loleta

Life, Market & Cooking



generosamente, ya que pierde algo de sal en la absorción de líquido que hace el grano.

10. Y procedemos con el secreto de la cocción: Aplicamos la Técnica de cocción del arroz en paella si no te ves aún con confianza y soltura para controlar los tiempos y grado de cocción al tipo valenciano. Probamos de sal, Lo dejamos a fuego medio-fuerte por aprox. 5/7 minutos, cuidando que el fuego se propague por toda la paella uniformemente. El caldo hervirá y aparecerán pompitas por toda la superficie.

11. Reduciremos el fuego a bajo, y lo mantendremos así unos 10/12 min. Coincidirá cuando quede poco caldo en la paella, al final del tiempo se habrá evaporado prácticamente todo el caldo

12. Probamos la cochura del grano, y una vez cumplido el tiempo, regamos con la media taza de caldo que nos queda repartiéndola por igual, esto hace que haya líquido aún en la paella por evaporar.

13. Cubrimos la paella con papel de aluminio, y se sube el fuego de nuevo a medio-alto un par de minutos para que la evaporación de la última taza, surta efecto. Al par de minutos se corta el fuego y, dejando el papel de aluminio, que repose el arroz durante al menos 5/7 minutos y termine la cocción.

14. Removemos la paella por completo antes de servir, y el arroz en el plato obtendrá la textura homogénea, ya que nunca se hacen por igual los granos del centro que los del perímetro.

15. ¡Finito!. Cuidando la cocción, y haciendo una capa fina, estará seguro muy rico, y si te gusta el ali-oli, no se te olvide añadirle una cucharada a demanda.