



Arroz negro con puerros y gambas

Nivel de dificultad: Intermedio

Tiempo de preparación: 45 min. (caldo aparte)

Comensales: 4 personas

Ingredientes

- 1 400 gr. arroz bomba (aprox. 3 tazas) 1,50 €
- 2 10 gambones de los congelados 6,50 €
- 3 300 gr. gambas arroceras 2,19 €
- 4 1 sepia limpia cortada en daditos 6,37 € con 2 sobrecitos de tinta
- 5 2 tomates de rama sin pepitas y rallados 0,19
- 6 1 Puerro troceado muy finito 0,50 € (los que no os guste no os preocupéis porque no sabe)
- 7 1 Barqueta de ajetes frescos cortada también muy finita (250 gr. aprox). 1,00 €
- 8 2 ajos pelados, sin hebras y cortados en láminas 0,15 €
- 9 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). Yo volví a usar el Caldo de pescado (de Aneto) y le potencié de sabor. 8,96 €
- 10 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 €
- 11 Aceite de oliva (como un tercio de vaso), un poco de azafrán, pimentón y sal 1,90

Total: 30,76 € a dividir entre cuatro, **7,69 €/persona**. Muy ajustada de precio para los ingredientes tan buenos que lleva.

Para el **Caldo o fondo de pescado de Aneto** que lo potenciaremos, para paellas rápidas y sabrosas, y os sorprenderá por su facilidad y sabor, usando los siguientes ingredientes (Precio 8,96 €) que también los puedes cocinar en la paella directamente, pero creo que aporta más sabor en el caldo:

- 1 Un tomate pelado rallado 0,08 €
- 2 2 cangrejos de mar vivos (o nécoras) 4,00 €
- 3 Cabezas de los gambones y gambas que voy a usar en la paella
- 4 Medio vaso de aceite 0,80 €
- 5 Un ajo picado sin hebras 0,07 €





Loleta

Life, Market & Cooking



- 6 Una ñora sin pepitas troceada 0,10 €
- 7 Azafrán un poco tostado (algunas hebras) 0,40 €
- 8 Un poco de pimentón dulce 0,20 €
- 9 Y el caldo de pescado Aneto (El volumen que necesites, en este caso un litro) 3,31 €

Se pone a hervir todo 20 minutos aproximadamente comenzado con fuego medio el fondo con el aceite, ajos, ñora sin pepitas y el tomate rallado. Lo mezclamos todo y le damos algunas vueltas. Seguidamente machacamos los cangrejos y después parte de las cabezas de los gambones por varios minutos para que desprendan su sabor, y a continuación, se añade el resto del caldo y se sube el fuego a medio-alto completándolo el azafrán tostado y el pimentón. Finalmente se pasa por un colador y se retiene sólo el líquido para el caldo de la paella... ¡Muy sabroso!

Utensilios

- 1 1 paella de diámetro interior 50 cm. **(para una capa fina de arroz, que cuece mucho mejor)**
- 2 1 paellero (fuego) de gas con bombona de butano
- 3 Microondas o vitrocerámica para calentar el caldo
- 4 Mortero o batidora y colador
- 5 Espumadera, rallador para el tomate, tablas de cortar, papel de aluminio, recipientes varios, etc.

Maridaje

De la Bodegas Rosalía de Castro, D. O Rias Baixas, me inclino por el **Albariño Paco & Lola 2011** (vino sin crianza). De divertida y moderna presentación, muy fresco y suave, indicado para acompañar un arroz como este. Su precio ronda los 9,85 €

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.





Loleta

Life, Market & Cooking



3. Una vez comiencen a estar dorados los ajos, a fuego medio añadimos el puerro, y tras 3 ó 4 minutos, lo retiramos al perímetro. Seguidamente, sofreímos los ajetes, más o menos el mismo tiempo y los apartamos en el borde de la paella

4. A continuación, el resto de cabezas de gambones y gambas las sofreímos un poco en el centro de la paella y que suelten algo de jugo por 5 minutos dándole la vuelta.

5. Cocinamos las gambas y gambones sólo un poco (2 minutos), sazónándolos (terminarán de hacerse con la cocción del arroz). Todos estos ingredientes los retiramos de la paella y los reservamos hasta el final.

6. Después añadimos la sepia y las cocinamos sobre el resto que han dejado las cabezas de gambas y gambones. La sepia la tenemos por otros cinco minutos a fuego medio. Finalmente en este paso añadimos el tomate y lo removemos también por otros 4 ó 5 minutos mezclándolo con la sepia, también a fuego medio.

7. 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.

8. 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.

9. Le añadimos muy picado y triturado una cucharada de aceite, ajo, perejil, azafrán y el pimentón, 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.

10. Le ponemos al caldo el colorante negro de sepia para que adquiera el color característico. Se remueve todo. Yo suelo usar dos sobres de tinta. Con el caldo muy caliente, lo vertemos y se mezcla junto con el resto de ingredientes. El caldo (que lleva incorporado la tinta de sepia) dobla justo al volumen de arroz, 6 tazas. Luego, a demanda, veremos si hace falta regar





Loleta

Life, Market & Cooking



con algo más de caldo para conseguir la soltura del arroz (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 generosamente, ya que pierde algo de sal en la absorción de líquido que hace el grano.

11. Y procedemos con el secreto de la cocción: Aplicamos la [Técnica de cocción del arroz en paella](#) en este caso de arroz bomba y el doble de caldo 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.

12. 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

13. 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.

14. 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, dejamos el papel de aluminio, que repose el arroz durante al menos 5/7 minutos y termine la cocción.

15. 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.

16. Y ... ¡Sanseacabó!. Otra paella de arroz negro lista. Cuidando la cocción, y haciendo una capa fina, estará seguro muy rico. Ponle ali-oli, que a este arroz le va muy bien. ¡Disfrutadlo!

