Arroz con verduras de caldo de puchero.



Arroz con verduras

Hoy apetece algo calentito!! Con este vendaval y frío, este plato nos recompone. Y es muy rápido de preparar.

Como valenciana tengo predilección por toda clase de arroces, aunque los suelo hacer secos o melosos. En días invernales me inclinaría por uno de estos melosetes.

En cualquier casa y más con nenes, siempre solemos tener caldo hecho de puchero, de carne , de pollo, de verduras…así que he aprovechado el frasco que tenía congelado y he empezado a seleccionar verduras de la nevera.

He encontrado judía boby valenciana, napicol, espinacas, alcachofas, ajos tiernos y una bandeja de setas variadas.

Cualquier verdura que os guste se puede poner y la que no suprimir. Suelo utilizar mucho el napicol en los arroces, les da un sabor especial.



verduras variadas

Yo soy de las que no calculo las medidas del caldo y del arroz, lo hago de toda la vida a ojo (excepto el arroz al horno o el blanco), así que intentaré aproximarme , porque el arroz me enseñaron a calcularlo a puñados y pongo dos por persona. Respecto al caldo, suelo poner un litro más o menos, según cual hago y cada 4 personas. Voy controlando siempre el hervor y el fuego.

Vamos a preparar ese arrocito…

Ingredientes 4 personas:

– 1 litro de caldo de puchero (cocido) , de pollo , de verduras…

– arroz , unos 80-90 gr por persona.

– 1 alcachofa grande o 2 medianas.

– 300 gr de espinacas.

– 100 gr de judía boby valenciana o cualquier otra de la que dispongas.

– 150 gr de setas variadas o champiñones.

– 1 napicol pequeño

– 1 manojo de ajos tiernos pequeño (8 ajos)

– 1 tomate maduro para rallar.

– aceite de oliva virgen extra.

– pimentón de la Vera, una cucharadita de café.

– colorante alimenticio, azafrán o sazonador de arroz.

– sal.

Preparación:

Paso 1 :

Lavamos, pelamos y cortamos todas las verduras en trozos pequeños (salvo el tomate , que es para rallar). Las espinacas las dejamos en hojas y los champiñones a laminas. Os pongo foto , así me explicaré mejor!



verduras cortadas

Paso 2:

En la cacerola ponemos aceite de oliva, nunca digo cantidades, porque para mi depende del gusto de cada uno , si estamos de dieta o no…

Sofreímos todas las verduras a la vez, excepto el tomate y las espinacas. Es preferible sofreír a fuego lento, para que se vayan pochando. Ponemos la sal.

El tomate lo rallamos y las espinacas las pondremos en los últimos 5 minutos, una vez ya caso terminado el arroz.

Paso 3:

Cuando estén pochadas las verduras, incorporamos el tomate rallado , la cucharada de pimentón y removemos para que no se queme el pimentón.

Paso 4:

Ponemos el arroz, le damos una vuelta para que coja sustancia

y vertemos el caldo de puchero.



arroz meloso



A los 10 minutos de cocer el arroz, ponemos las espinacas y dejamos que siga haciéndose el arroz 5 minutos más.

Apagamos el fuego y dejamos reposar un par de minutos.