

# Arroz Caldoso

---

El arroz caldoso es una de las formas más habituales de cocinar este cereal en el Levante. Elaborado en una buena olla honda y con un sustancioso caldo marinero, este guiso es quizá uno de los arroces menos complejos de llevar a cabo en cocina. En esta lección te enseñamos las claves para que quede en su punto y con un potente sabor.

## Preparación

---

Para el caldo marinero En una olla con aceite doramos las galeras y los cangrejos por tandas para que no cueza y reservamos. En esa misma olla doramos la verdura, sofreímos los ajos y añadimos la pasta de tomate concentrado. Cuando esté bien mezclado y dorado, añadimos el agua fría, el azafrán y el laurel y llevamos a hervor. Mantenemos el hervor 25 minutos. Retiramos y dejamos infusionar unos 20 minutos. Para el arroz caldoso marinero Marcamos las cigalas y las gambas rojas y, antes de que se cuezan, reservamos. Cortamos la sepia y el calamar en brunoise y doramos en la misma cazuela a fuego vivo. Pelamos las gambas arroceras. Hacemos un hueco en la olla y doramos las pieles y las cabezas de las gambas en el aceite. Las chafamos bien un par de minutos y retiramos. Hacemos otra vez un hueco en la olla, esta vez en el centro, y hacemos el sofrito incorporando ajo, pimiento rojo, el pimentón dulce, el pimentón de hojilla (o ñoras troceadas) y la crema de tomate Retiramos la olla un momento del fuego para incorporarle el arroz y rehogarlo. Volvemos a colocar la olla en el fuego, añadimos el caldo caliente poco a poco y vamos moviendo alrededor de 14 minutos para que vaya soltando el almidón. Añadimos una pizca de sal. Cuando queden unos 3-4 minutos incorporamos las cigalas y las gambas reservadas y las almejas en crudo. Probamos punto de sal, añadimos perefíl y emplatamos, por ejemplo, terminando el plato con una cigala y un gamba para dar volumen.

## Ingredientes

---

Para 4 personas:

Para el caldo marinero:

60gr de aceite de oliva virgen extra

1 cebolla seca

1 puerro

1 zanahoria

2 dientes de ajo

1 cucharada sopera de tomate concentrado

6 galeras

6 cangrejos

500gr de pescado de roca

1 hoja de laurel

Para el arroz

300gr de arroz Maresme

80gr de aceite de oliva virgen extra

400gr de sepia fresca

400gr de calamar fresco

200gr de pimiento rojo

12 gambitas arroceras

8 almejas frescas

4 cigalas

4 gambas rojas

1 cucharada de pimentón hojilla o ñora troceada

1 cucharada de pimentón dulce

1 ramillete de perejil fresco

## Utensilios

---

Ollas

Cucharón

Tabla de cortar

Cuchillos

Cubiertos de servir

Espumadera

## Instructor destacado

---



Jordi Ferrer

ARCOS®

 **BOSCH**  
Innovación para tu vida

 El Corte Inglés  
**SUPERMERCAD**