

PLATOS PRINCIPALES

Paella de marisco

4 raciones 580 kcal

Ingredientes

- **1** pimiento rojo
- **1** pimiento verde
- **1** hojita de laurel
- **2** ajos
- **1/2** cebolla
- **400 gr** de choco
- **1/2 kg** de langostinos
- Arroz de grano medio (yo usé SOS)
- Colorante
- Aceite de oliva
- Pimentón dulce
- Sal
- Pimienta molida

POR RACIÓN

Proteínas	**33 g**
Grasas	**15 g**
Hidratos	**78 g**
Fibra	**3,4 g**

Elaboración

FUMET O CALDO DE PESCADO

1. Separamos las cabezas de los langostinos y las añadimos a una olla con suficiente agua (mejor que sobre a que falte).
2. Cuando rompa a hervir, bajamos a fuego medio-bajo y tapamos durante 30 minutos.
3. Removemos de vez en cuando y le vamos quitando la espumita.

ARROZ

4. Troceamos el choco, la cebolla, los pimientos y el ajo finamente, y añadimos todo al recipiente que vayáis a usar para el arroz.
5. Primero añadimos el choco a fuego fuerte, y pasados unos minutos añadimos las verduras a fuego medio y removemos unos minutos hasta que se empiece a dorar, echando el ajo lo último porque se quema pronto.
6. Después añadimos 2 puñados de arroz por persona (8 generosos), junto con una hojita de laurel, y removemos un par de veces.
7. Ahora le echamos de todo: sal, pimienta molida, azafrán, colorante y pimentón dulce, ya como más os guste.

8. Vertemos el contenido de nuestro fumet de pescado. Nos ayudamos de un colador, para que caiga solo el líquido. Nos gusta ir añadiéndolo poco a poco (que nunca se quede seco; si os quedáis sin caldo, le echáis agua).
9. Removemos muy poco y a los 15 minutos añadimos los langostinos pelados. Dejamos 5 minutos más y a comer.
10. Desde que echamos el caldo, no más de 20 minutos, que si no se pasa.

Hecho con CookNest



Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA

cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta