



Benet Vicens i Jaume Vicens

ARRÒS DE PESCADORS BÉNS D'AVALL



Tipus d'arròs

Sec



Producte local

Pebre verd, pebre vermell, déntol i calamar mallorquins



Consell o truc

Preparar un bon brou i deixar l'arròs en el seu punt



Ingredients



6 pax



Recepta

450 g d'arròs pobler

900 g de fons de sípia i calamar mallorquí

900 g de brou de gamba de Sóller torrada

Déntol mallorquí salvatge

Gamba vermella de Sóller

Calamar de bou fresc

Mongeta mallorquina

Carxofa morada mallorquina

Oli d'oliva verge extra

Sal de cocó

Fons d'arròs:

3 sípies fresques mallorquines

6 calamars de bou frescs

4 cebes

4 pebres verds mallorquins

4 pebres vermells mallorquins

150 g d'all morat tendre

Oli d'oliva verge extra dels nostres olivars

Julivert fresc de l'hort

5 tomàtiques de ramellet ratllades

Elaboració del fons:

Tallar tots els ingredients en daus petits i fins. A continuació, sofregir el calamar i la sípia salpebrada a foc lent. Un pic ha tret i absorbit el seu suc, afegir més oli i tota la verdura i sofregir el conjunt a foc fort fins que estigui daurat de manera uniforme, ha de ser un sofregit torrat i caramel·litzat. Després, afegir la tomàtiga i desglàçar (opcionalment, desglàçar afegint brandi o vi blanc), cuinar a foc suau i fins al punt desitjat i reservar.

Elaboració del brou:

Pelar les gambes i reservar les clovelles pelades per al moment de finalitzar l'arròs. Seguidament, torrar les clovelles en el forn a 170 °C amb un 0% d'humitat durant 30 minuts. Un cop estiguin torrades, fer un fumet de peix amb safrà i les clovelles de les gambes i afegir-hi anís estrellat, ginebró, fonoll i herbes fresques durant els darrers minuts de cocció. Una vegada comenci a bullir, cuinar durant 20 minuts, colar i reservar.

Elaboració de l'arròs:

Torrar l'arròs amb oli d'oliva per tal d'aconseguir un arròs més amollat i tendre un pic cuinat. A continuació, afegir el fons i cuinar-ho durant uns minuts amb el brou. És recomanable incorporar el brou de mica en mica, en varies vegades. A continuació, afegir les mongetes i les carxofes, mesclar bé el conjunt i cuinar a foc suau durant 10 o 15 minuts aproximadament, fins que l'arròs sigui cuinat.

Acabat:

Finalitzar la recepta afegint els calamars de bou, les gambes i el déntol saltejat o a la planxa amb herbes fresques, una mica d'allioli i bona companyia!

