



Lucía Cortés Tarragó

## ARRÒS CREMÓS DE CARABASSA, ESPÀRECS, CARXOFES I FORMATGE DE MALLORCA



**Tipus d'arròs**  
Cremós



**Producte local**  
Formatge semi curat de Mallorca



**Consell o truc**  
Calcular una part d'arròs per tres de brou de verdures i mantenir el brou sempre calent



### Ingredients



6 pax



### Recepta

320 g d'arròs arborio  
2 cebes  
2 pastanagues  
2 alls  
1 L de brou de verdures  
1 tassó de vi blanc  
1 manat d'espàrecs  
400 g de carabassa  
4 carxofes  
50 g de formatge semi curat de Mallorca  
Cullerada sopera de pebre bo  
Cullerada sopera de sal  
Un raig d'oli d'oliva verge

Picar la ceba i l'all en bocinets petits i sofregir amb un raig d'oli d'oliva verge, sal i pebre bo. Tallar en daus petits la pastanaga i la carabassa, afegir la ceba, deixar que ofegui una mica i afegir l'arròs. Deixar que es barregin tots els sabors i afegir 50 ml de vi blanc, remonent una mica per tal que agafi gust.

A continuació, afegir la mida d'un cullerot de brou de verdures de mica en mica, fins que el gra quedi melós. Aquest procés trigarà entre 18 i 20 minuts, aproximadament. Rectificar de sal i pebre bo.

De mentre, saltejar en una paella els espàrecs, ja tallats en vertical i sense la tija blanca, i les carxofes, netes i tallades en quatre parts, i reservar.

A mida que l'arròs quedi melós, afegir el formatge tallat en daus i remoure suaument per tal que no s'aferrí i el formatge quedi fus i ben repartit.

Saltejar un cop més les carxofes i els espàrecs i, amb l'arròs emplatat, col·locar la resta de les verdures de manera polida.

Opcionalment, es pot ratllar una mica més de formatge per tal de donar un gust més intens.

