Arroz con almejas

Ingredientes 2 Personas



- 180 g de arroz bomba
- 600 g de almejas
- 1 cebolleta
- 1 pimiento verde
- 3 dientes de ajo
- ½ l de caldo de pescado
- 1 dl de vino blanco
- Aceite de oliva virgen
- Sal
- Perejil picado

Para el caldo:
Cabezas de rape
1 dl de vino blanco
1 cebolleta
1 puerro

Elaboración

Para el caldo
Dorar las cabezas de rape.
Añadir la cebolla el puerro y el vino.
Rehogar el conjunto y cubrir con agua. Una vez haya comenzado a hervir, retirar del fuego y dejar infusionar.

Para el arroz
En una sauté colocar el ajo picado y añadir las almejas. Mojar con el vino blanco y tapar. En cuanto comiencen a abrirse las almejas, retirar y reservar.
En la misma sauté, añadir la cebolleta en brunoise y cocinar. Incorporar el arroz, rehogar e ir mojando con el caldo.
Cocinar el conjunto 14 minutos.
Añadir las almejas y el perejil picado, poner a punto de sal y dejar reposar 5 minutos.

Por porción	Calorías	Proteínas	Hidratos	Grasas	Fibra
	416.04 kcal	28.16 g	46.67 g	12.25g	0,86g

XIMENA LOAYZA
NUTRICIONISTA
ximenaloayza_dn info@loquecomescuenta.com 654876966