

# Arroz con sepia y cigalas, Thermomix

Si encara no has preparat arròs amb Thermomix, et recomano que ho provis, et sorprendrà, queden al punt i com sempre amb molt de sabor. Prova els "Risottos", "Arròs caldós amb marisc" fins i tot es pot preparar tot el sofregit al Thermomix i finalment coure l'arròs en la paellera.

Aquest diumenge he preparat aquest i he triomfat.



recepta de arros de sepia i escamarlans

## INGREDIENTS:

### *Fumet d'escamarlans*

- 500 g d'escamarlans sencers crus petites
- 40 g d'oli d'oliva
- 800 g d'aigua

### *Arròs amb sépia i escamarlans*

- 40 g d'oli d'oliva
- 50 g de ceba
- 2 grans d'all
- 250 g de sépia en trossos d'aprox. 2x2 cm
- 150 g de tomàquet triturat en conserva
- 1 culleradeta de polpa de pebrot (Ho trobaràs preparat els supermercats o els mercats a on venen olives)
- 1 culleradeta de sal
- 1 pessic de pebre (opcional)
- 250 g d'arròs de gra rodó

## PREPARACIÓ:

### *Fumet d'escamarlans*

1. Pela els escamarlans (reserva els cossos) i posa en el got els caps i les closques i 40 g d'oli. Sofregeix **5 min/120 °C/vel 1**.
2. Afegeixi l'aigua i calenta **10 min/100 °C/vel 2**. Cola el fumet a través d'un colador de malla fina i reserva. Renta el got

### *Arròs amb sépia i escamarlans*

1. Posa en el got l'oli, la ceba i l'all. Trosseja **4 seg/vel 5**. Després, sofregeix **5 min/120 °C/vel 1**.
2. Incorpora la sépia i sofregeix **5 min/120 °C/gir invers/vel cullera**.
3. Incorpora el tomàquet triturat i la polpa de pebrot **5 min/120 °C/gir invers/vel cullera**.

4. Afegeix el fumet d'escamarlans reservat, la sal i pebre i programa **10 min/100 °C/gir invers/vel 1**.
5. Agrega l'arròs programa **11 min/100 °C/gir invers/vel 1**.
6. Afegeix els cossos dels escamarlans reservats i programa **2 min/100 °C/gir invers/vel 1**.
7. Aboca a una cassola de fang, deixa reposar 2 minuts.®