

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. 2×2 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.®
-

Arròs pilaf amb fruita seca Thermomix

Avui he preparat aquest arròs, que està en el receptari "Viaje a la Índia" És un acompanyament genial per als guisats amb curri i també per el bacallà o per portar en el teu Tupper. He variat una mica la quantitat d'arròs, he fet 200 gr. i surten 6 racions completes.



INGREDIENTS: (per 6 racions)

- 150 gr. de ceba tallada en quatre trossos
- 2 dents d'all
- 40 gr. d'oli d'oliva verge extra
- 60 gr. d'ametlles laminades
- 40 gr. de festucs pelats (sense sal)
- 40 gr. de panses de corinto
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de sèsam negre
- 50 gr. de pinyons
- 30 gr. de pipes de carabassa
- 1 cullerada de llavors de rosella
- 50 gr. de nabius vermells deshidratats
- 400 gr. d'aigua
- 200 gr. d'arròs basmati
- 1 culleradeta de sal
- 25 gr. de suc de llimona

PREPARACIÓ:

1. En el got de el Thermomix posem la ceba, l'all i 20 gr. d'oli. Programem **3 segons, a velocitat 7**. Amb l'espàtula, baixem les restes que hagin quedat en les parets del got cap i programem **5 minuts, temperatura varoma i velocitat cullera**.
2. Incorporem les ametlles, els festucs, les panses, el sèsam, els pinyons, les pipes, les llavors de rosella i els nabius. Programem **5 minuts, temperatura varoma, gir a l'esquerra i velocitat cullera**. Retirem a un bol i reservem.
3. Sense rentar el got, tirem l'aigua, l'arròs, la sal i 20 gr. d'oli. Programem **8 minuts, temperatura varoma, gir a l'esquerra i velocitat cullera** i deixem reposar dins del got durant **10 minuts**.
4. Posem l'arròs en una font de servir fonda i reguem amb el suc de llimona. Afegim la fruita seca reservada, barregem amb l'espàtula i servim.

Risotto de gambes, salsitxes i pomes

Ja sabeu que sóc admiradora dels arrossos cuinats amb Thermomix, aquest risotto queda molt melos amb la poma i si tens convidats èxit assegurat.



INGREDIENTS:

- 60 g de ceba en trossos
- 30 g d'oli d'oliva verge extra
- 200 g de salsitxes fresques en trossos
- 320 g d'arròs de gra rodó
- 100 g de vi blanc
- 800 g de brou de carn calenta
- 1 pessic de sal
- 300 g de gambes crues pelades (poden ser congelades)
- 300 g de pomes pelades i tallades en daus
- 40 g de mantega en trossos petits

PREPARACIÓ:

1. Posar en el got la ceba i l'oli. Trossejar **3 seg/vel 5** i sofregir **3 min/120°C/vel 1**

2. Afegir les salsitxes **3 min/120°C/gir invers/vel 1.**
3. Incorporar l'arròs i coure **3 min/120°C/gir invers/vel 1** sense posar el gotet .
4. Afegir el vi i programar **1 min/Varoma/gir invers/vel 1** sense posar el gotet per afavorir l'evaporació de l'alcohol.
5. Agregar el brou calent , la sal i programar **6 min/100°C/gir invers/vel 1.**
6. Incorporar les gambes, la poma i programar **8 min/100°C/gir invers/vel 1.** Abocar en una safata per servir, posar damunt la mantega i servir immediatament.