ARROZ A BANDA TRAICIONAL

Ingredientes (para 4 personas): 4 gambas, 4 cigalas, 4 galeras, 8 cañadillas, 200gr. de cangrejos de mar, 4 piezas de pescado de roca (rascacios, escorporas, ratas, arañas…) de 250gr. cada uno, 1 sepia troceada, 2 cebollas, 2 zanahorias, 1 puerro, ½ pimiento rojo en daditos, 2 dientes de ajo picados, 90gr. de tomate triturado, 500gr. de arroz, pimentón dulce, azafrán, sal i “all-i-oli”.

Elaboración: En una marmita llevar agua con sal a ebullición y cocer por separado los mariscos, reservarlos en el frigorífico.

En agua nueva poner a cocer las verduras para elaborar un fumé, cuando estén cocidas agregar los pescados de roca enteros sin vísceras ni escamas, respetar los tiempos de cocción de cada uno y retirarlos cuando estén cocidos pero aún enteros, dejar enfriar y desmenuzar su carne , mezclarla con “all-i-oli” y reservarla en el frigorífico. Agregar al fumé los cangrejos previamente sofritos en aceite, dejar cocer un máximo de 15 min. y colar el fumé.

En una paellera con aceite sofreír el pimiento rojo a daditos y la sepia troceada, agregar el ajo, el pimentón y el tomate dejándolo pochar. Añadir el arroz y 1,2 l. de fumé aproximadamente, cocer el arroz 20 min. hasta que quede al dente.

Servir el arroz en la paellera acompañado del marisco hervido y el pescado de roca en dos fuentes.