

ARROZ NEGRO

Encore un incontournable de la cuisine catalane. L'arroz negro, riz noir à l'encre de seiche, est une spécialité de toute la côte littorale de la grande Catalogne.

La variété de riz la plus couramment cuisinée en Espagne est le riz rond. La Rolls-Royce étant le bomba de Valence.

Le riz à l'Espagnole se mange donc al dente afin de préserver ses qualités nutritives.

RECETTE POUR 10 PERSONNES

Phases techniques	Denrées
<ul style="list-style-type: none">Réaliser le liquide de mouillement de l'Arroz negro (environ 1.5l) avec des arrêtes de poisson et des carcasses de crustacés, des parures de légumes, du safran, de l'encre de seiche, du thym et du laurier. Laisser mijoter et infuser afin d'obtenir le maximum de saveurs. A défaut, vous pouvez utiliser un fumet de poisson semi-élaboré.	<ul style="list-style-type: none">Arrêtes de poissonOignons, échalotesEncre de seicheThym, laurier
<ul style="list-style-type: none">Émincer les légumes en lanières et les suer à l'huile d'olive dans le plat à paëlla, réserver sur les côtés du plat.	<ul style="list-style-type: none">Oignons 200gPoivrons rouge 150gPoivrons vert 150gHuile d'olive 10clCœur d'artichaut 5 pièces
<ul style="list-style-type: none">Saisir les seiches ou les calamars préalablement nettoyés et taillés en lamelles.	<ul style="list-style-type: none">Chair de seiche ou de calamar 0.500 kgou Tripes et poche d'encre de deux seiches ou de deux beaux calamars
<ul style="list-style-type: none">Nacrer le riz rond avec l'ensemble des garnitures.Mouiller 2,5 fois le volume du riz avec le bouillon.Dès la première ébullition, ajouter les gousses d'ail, les palourdes, les crevettes, les langoustines.A frémissement régulier, couvrir d'un papier aluminium et laisser cuire doucement 20 mn environ.Couper le feu et laisser reposer à couvert 20 mn	<ul style="list-style-type: none">Riz rond 500gBouillon 1lAil 4 goussesPalourdes 20 PcesCrevettes 20 pcesLangoustines 10 pces

