Arroz Basmati Con Verduritas



Ingredientes

Laurel: 0.2 g
Aceite De Oliva: 1 Chorrito
Arroz basmati: 100 g
Cardamomo negro: 0.5 g
Zanahoria: 10 g
Sal: Cantidad necesaria
Macis: 0.2 g
Cebolla: 10 g
Aceite Vegetal: 2 chorritos
Aceite de girasol: 10 grs.
Canela salvaje: 0.5 g
Cardamomo verde: 0.3 g
Clavo: 0.2 g
Cúrcuma: 0.5 g
Pimiento verde y rojo: 10 g
Semillas de comino: 0.5 g

Preparación de la Receta

- En un tazón, poner el **arroz** en remojo con agua fría durante 40 minutos
- Luego escurrir y aclarar 3 veces cada 15 minutos, para que suelte el almidón.

En una olla con abundante agua, añadir las especias para "infusionar"

- La canela, los clavos, los cardamomos, la *macis*, el *laurel* y el aceite de oliva
- Incorporar el *arroz*, tapar la olla y cocinar de 6 a 7 minutos
- Retirar, escurrir el *arroz* y regar con 1 chorrito de aceite vegetal
- Reservar
- En una sartén con otro chorrito de aceite vegetal, rehogar primero la *cebolla* pelada y picada
- Luego la *zanahoria* cortada en *brunoise*.
- A continuación, incorporar la *cúrcuma* y remover con una cuchara de madera para que las verduras tomen *color*
- Luego de unos minutos, cuando la *zanahoria* y la *cebolla* estén casi cocidas, agregar los pimientos picados y sin semillas
- Rehogar a fuego medio hasta que los vegetales estén al dente
- Añadir el *arroz* y *saltear* durante unos minutos

- Retirar y servir.

- A la hora de cocer el *arroz*, es importante que respetes el modo de cocción
- Debes colocar abundante agua en la olla con el fuego en mínimo
- El *arroz* basmati es más delicado y cuando alcance la ebullición, debe moverse con facilidad para obtener una textura sedosa.
- Al comprar las zanahorias, procura que tengan un *color naranja* vivo y que aún conserven hojas de *color* verde para asegurarte de que estén frescas
- Deben ser de tamaño mediano y estrecharse hacia final
- Las zanahorias gruesas son más duras y difíciles de cocinar.

Para m&aacute

- S recetas tan deliciosas como ésta, no te pierdas el nuevo programa de "Cocina India".

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/arroz-basmati-con-verduritas-vegetable-pulao