elGourmet

Paella Vegetariana



Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Apio cortado en pequeños dados: 2 Tallos
Arvejas: 100 Gramos
Berenjenas sin piel cortadas en dados: 1 unidad
Cebolla picada: 200 Gramos
Choclo desgranado: 1 unidad
Esparragos: 1/2 Atado
Flor de coliflor: 8 Unidades
Jugo de tomate: 300 c.c.
Morrón amarillo en pequeños cuadrados: 1 unidad
Perejil picado: c/n
Tomates cherry: 50 Gramos
Zucchinis cortados en pequeños dados: 1 unidad
Arroz yamaní: 500 Gramos
Azafrán: c/n
Caldo de verduras: c/n
Cebolla de verdeo picada: 50 Gramos
Dientes de ajo picado: 4 Unidades
Flor de brócoli: 8 Unidades
Hinojo en juliana gruesa: 1 unidad
Morrón rojo en pequeños cuadrados: 1 unidad
Morrón verde en pequeños cuadrados: 1 unidad
Puerro picado: 100 Gramos
Zanahoria en cubos pequeños: 1 unidad

Preparación de la Receta

- En una paella amplia con aceite de oliva rehogar morrones hasta que estén tiernos y retirar.
- Hacer lo mismo en etapas con el *brócoli*, *coliflor*, *hinojo*, *zanahoria*, granos de *choclo*, *apio*, espárragos, berenjenas y zuchini.
- Ya retirados los vegetales añadir aceite de oliva y rehogar *cebolla*, *ajo*, verdeo y *puerro* hasta que esté tiernos.
- Incorporar el *arroz* y nacarar.
- Cubrir con caldo caliente, *jugo* de *tomate*, el *azafrán* e ir incorporando las verduras anteriormente rehogadas.
- Se debe cocinar 20 minutos.
- Agregar tomates cherry y cocinar 5 minutos.

- Una vez a punto el *arroz* y habiendo absorbido el caldo terminar con *perejil* picado y gajos de *limón*

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/paella-vegetariana