

**Libreta:** Arroces  
**Creado:** 24/03/2018 21:54  
**URLOrigen:** <http://www.tranbel.com/caldero-murciano.html>

---

## Caldero murciano

### INGREDIENTES

400 gramos de arroz  
2 ñoras  
3 cabezas de ajos  
1/4 litro de aceite  
2 tomates maduros  
1/2 kilo de mero  
1 mujol de 1/2 kilo  
1 gallina de mar  
1/2 kilo de rape  
1 yema de huevo  
Harina  
Sal  
Pimienta

### PREPARACIÓN

Se pone al fuego un caldero o una olla de aluminio. En este recipiente se pone la mitad del aceite y, cuando está bien caliente, se fríen las ñoras. Estas se sacan y se echan en el aceite las cabezas del pescado; una vez fritas se retiran.

En el mismo aceite, se ponen los tomates, pelados y picados, y cuando estén hechos se les añade dos litros de agua.

Se machacan las ñoras en el mortero, junto con una cabeza de ajos pelados; se echa en la olla dejándolo cocer cinco minutos. En ese caldo se cuece el pescado, cortado en rodajas gruesas pasadas por sal (sin excederse).

Una vez cocido se saca el pescado, pero se deja al calor para que no se enfríe. Se reserva una taza de caldo. El resto se prueba de sal, se echa el arroz y se deja cocer a fuego lento durante veinte minutos.

En el mortero se machaca otra cabeza de ajos pelados, se mezcla con el caldo reservado y con todo esto se rocía el pescado en el momento de servirlo. La última cabeza de ajos se utiliza para hacer un ajo o alioli que acompañara a gusto el arroz y el pescado.

Se sirven separados primero el arroz y después el pescado.

### **NOTA:**

Este pescado se puede sustituir por pescados más baratos, sabrosos, pero de esos que venden menos por tener más raspa, por su aspecto, etc., ya que es un plato de pescadores y utilizaban el pescado que no vendían. Además casi toda la sustancia del pescado pasa al arroz y en ocasiones aunque el pescado se sirve, no se llega a comer.