

**Libreta:** Arroces  
**Creado:** 24/03/2018 21:55  
**URLOrigen:** <http://www.tranbel.com/paella-de-verdura.html>

## Paella de verdura

### INGREDIENTES

600 grs. de arroz  
250 grs. de aceite de oliva  
2 tomates maduros rallados  
300 grs. de coliflor  
200grs de judías verdes  
Una berenjena  
Un calabacín  
Un manojo de ajos tiernos  
1 cebolla mediana  
2 alcachofas  
100 grs. de habas tiernas peladas  
1 diente de ajo picado muy fino  
1 cucharada de pimentón dulce  
Sal  
Caldo de verdura o agua  
Colorante alimentario o azafrán de hebra

### PREPARACIÓN

Troceamos todas las verduras en trozos de unos 4 ó 5 cm.

Calentamos el aceite en la paella hasta que comience a humear y añadimos la cebolla picada muy fina

Cuando empiece a ablandarse, incorporamos el resto de las verduras y a fuego muy suave las rehogamos durante 15 minutos, removiéndolas con frecuencia

Seguidamente, añadimos el tomate rallado y lo sofreímos otros 5 minutos mas

Una vez hecho esto, incorporamos el pimentón y un minuto después, el arroz y el colorante

Rehogamos el conjunto durante 1 minuto más y añadimos el caldo de verdura o el agua, aproximadamente el doble que de arroz, y el ajo picado

Dejamos cocer a fuego vivo durante 15 o 20 minutos...y a la mesa.

### **Nota:**

Es importante rehogar bien las verduras, a fuego suave y sin prisa

Por supuesto, es fácil que no dispongáis de todos los ingredientes, debido a la estacionalidad de alguno de ellos, pero de todas las verduras de la lista, esta paella sin la coliflor, pierde casi toda su gracia, y las alcachofas y las habas, también juegan un papel importante

Las verduras si son frescas mejor, si no disponéis de ellas, sustituirlas por congeladas, pero nunca por verdura en conserva

Un dato importante a tener en cuenta a la hora de calcular el agua, es el alto contenido en agua de las verduras, agua que irán soltando durante la cocción del arroz.