

Temps : 30 min

Niveau : Moyenne

Personnes : 10

Découvrez une recette colorée : les arrozs de la mer.

Préparation

Étape 1

ÉTAPE 1

Faire revenir les oignons ciselés et les poivrons dans l'huile d'olive. Ajouter le riz et le lustrer, ajouter la concassée de tomates et mouiller au vin blanc. Laisser réduire.

Étape 2

ÉTAPE 2

Mouiller avec le fumet de homard, ajouter l'ail haché et cuire au four à découvert sans remuer pendant 30 minutes.

Étape 3

ÉTAPE 3

A 10 minutes du terme de la cuisson ajouter les fruits de mer et rectifier le mouillement si nécessaire.

Servir très chaud, directement à la sortie du four.

Étape 4

ASTUCES

Varier les couleurs de votre recette en utilisant des mouillements différents de type fumet de poisson ou bouillon de légumes en fonction de votre recette, dans ce cas votre riz restera plus clair et fera ressortir votre garniture.

Afin de rendre votre plat plus festif, rajouter en finition sur le dessus des pépites d'encornets frites ou encore des crevettes frites Panko.

Pour une recette plus économique, réaliser votre Arroz avec un cocktail de fruits de mer au lieu des fruits de mers. Réaliser et varier vos arroz en terme de couleurs en utilisant des épices et des bases de type (pesto rosso ou pesto vert, curcuma).

Diversifier vos préparations dans le même esprit en alternant vos bases et utiliser des coquillettes, pépinettes et des riz de couleurs.

Ingrédients



400 g Langoustines



400 g
Chipirons



1 kg Moules



400 g Noix de saint
jacques



400 g
Crevettes
d'argentine



100 g Oignon



40 g Gousses d'ail



150 g
Poivron
rouge en
brunoise



150 g
Poivron vert
en brunoise



300 g Concassée de
tomates



700 g Riz
rond



100 g Fumet
de homard



250 ml Vin blanc



50 ml Huile
d'olive



2 g Safran



3 g Spigol

Valeurs nutritionnelles

Informations pour	100g
Valeur énergétique	594
Matières grasses (g)	0.5
Dont acides gras saturés	2.6
Glucides (g)	15.8
Dont sucres	0.8
Protéines (g)	12.6
Sel (g)	0.67