

PAELLA

INGREDIENTES PARA 5 PESSOAS

8 colheres de sopa de azeite
1 cebola bem picada
1 alho picado
1 tomate maduro bem picado
4 pernas e 4 asas de frango
400g de argolas de lulas
1 tira de entremeada cortada em pedacinhos

150g de feijão verde cortado em pedacinhos
Meio pimento vermelho cortado em tiras
900g de mexilhão
12 camarões
3 chávenas de chá de arroz
6 chávenas de chá de água (dobro do arroz)
Açafrão q.b.
Sal q.b.
2 limões

PREPARAÇÃO

Numa paellera leve ao lume o azeite e deixe aquecer, junte a cebola e deixe refogar um pouco. A meio do refogado junte o tomate, o alho e deixe refogar tudo cerca de 5 minutos. Depois de tudo refogado, junte a entremeada aos pedacinhos e deixe fritar um pouco. Junte o frango, tempere com um pouco de sal e deixe fritar um pouco de ambos os lados. Junte as argolas de lulas e o feijão verde, tempere com um pouco de açafrão e deixe cozinhar cerca de 10 minutos. Passado os 10 minutos vire novamente o frango e deixe cozinhar mais 5 minutos. Passado os 5 minutos, junte o arroz já lavado e polvilhe-o com mais açafrão e junte a água. Coloque o lume no máximo e deixe ferver durante 10 minutos. Passado os 10 minutos junte as tiras de pimento e os camarões, tempere com um pouco de sal. Por cima, coloque os mexilhões e deixe cozinhar até os camarões ficarem cozidos e os mexilhões abertos. Baixe o lume e quando começar a cheirar a esturricado, aguarde até que o mexilhão abra totalmente. Depois dos mariscos cozinhados, esprema um limão por cima da paella e apague o lume. Decore com um limão cortado em gomos.



Custo: 11.50 € ; Custo por pessoa: 2.30 €

<http://www.saborintenso.com/f25/paella-462/>