

# Arroz caldoso de calamar de potera, cigalas y mejillones

Dificultad:

media

Nº de comensales: 1

## / Ingredientes

### Ingredientes para hacer el caldo de pescado

*(Receta para cuatro personas)*

- ½ kg de morralla
- ½ kg de galeras
- 1 cebolla
- 1 tomate maduro
- 2 dientes de ajo

### Ingredientes para hacer el arroz

- 300 g de arroz bomba de Pals
- 25 g de cebolla sofrita
- 25 g de tomate sofrito
- 350 g de calamares de potera
- 4 cigalas frescas
- 250 g de mejillones de roca

## / Preparación

Preparación del caldo de pescado

- 1.- Echamos un buen chorro de aceite de oliva en una cazuela donde doramos los dientes de ajo, la cebolla pelada y cortada en juliana y finalmente un tomate limpio de piel y semillas.
- 2.- Mientras cocemos el sofrito, tostamos la morralla limpia de vísceras y las galeras en el horno a 190 grados durante 20 minutos.
- 3.- Una vez han pasado los 20 minutos, añadimos la morralla y las galeras tostadas al sofrito. Le echamos tres litros de agua y lo dejamos hervir a fuego suave durante dos horas.

#### Preparación del arroz

- 1.- Echamos un chorrito de aceite extra de oliva en una cazuela de hierro fundido. Añadimos el sofrito de cebolla, el tomate, el arroz y el calamar de potera cortado a tiras de 1 cm de ancho.
- 2.- Damos un par de vueltas a los ingredientes a fuego vivo.
- 3.- Echamos al arroz el caldo hecho con las galeras y la morralla, aproximadamente unos 900 ml. Lo dejamos cocer unos 18 minutos.
- 4.- A media cocción, rectificamos con una pizca de sal.
- 5.- En el minuto 15 de cocción, añadimos los mejillones y las cigalas.
- 6.- Al minuto 18, paramos el fuego. Y el arroz caldoso ya está a punto para ser degustado.