



RECEPTARI

L'ARRÒS DEL SOL BLANC

Sol Blanc

Quan parlem de l'arròs parlem de varietats:

**BAHIA
BOMBA
CARNAROLI
AKITA KOMACHI
NEMBO
KOSHIHIKARI**

Aquestes són les varietats que l'Albert Grassot de l'Estany de Pals cultiva i són les que nosaltres utilitzem.

Cadascuna ens aporta unes característiques úniques que s'acaben convertint en diferents arrossos.

El mateix arròs amb una varietat o un altre dona diferents resultats. Per exemple si fem un arròs Carnaroli a la cassola la seva cocció serà més controlable que si utilitzem una varietat com Bomba o Bahia.





Elaboració d'un sofregit a l'estil de l'Empordà:

1 kg de ceba de figueres picada
100 g. de tomata triturat natural
200 g. oli oliva

Sofregir tot fins que quedi com una confitura, afegint el tomata els últims 30 minuts.

Sofregir lleugerament la bresa uns 5 o 6 minuts i afegir el peix uns 3 o 4 minuts abans d'afegir l'aigua i el pebre vermell. Fer bullir el conjunt un màxim de 30 minuts ha de quedar un fumet suau.

Elaboració fumet de peix

1 kg de peix per sopa
500 g. de bresa de verdures (pastanaga, ceba, porro, all, tomata)
15 g. pebre vermell dolç
100 g. oli oliva
5 l aigua

Sofregir lleugerament la bresa uns 5 o 6 minuts amb els ossos o carcasses de carn (preferiblement torrats previament al forn uns 30 minuts a 190º) i el vi fins que redueixi. Tirar-li l'aigua. Bullir tot el conjunt un mínim de 4 hores.

Fons de carn

2 kg carcasses o ossos del producte que es vulgui fer el fondo
500 g. de bresa de verdures (pastanaga, porro, ceba, alls, tomata)
150 g. vi ranci, vi negre o el destilat desitjat.
100 g. oli
10 l aigua

ARRÒS SEC DE GAMBES DE PALAMÓS

SOI Blanc

Ingredients per a 4 persones:

- 80 g. de sofregit
- 10 g. d'all negat
- 50 ml. d'oli d'oliva
- 12 u. gamba mitjana
- 360 g. d'arròs Nembo
- 1,5 l. de fumet de peix
- 150 g. de sepia
- Sal i pebre

En una paella de ferro o acer sofregim les cues de gamba prèviament pelades i reservem, la paella ha de ser ben grossa per 4 persones una paella de 45 cm. L'arròs ha de quedar molt estès en la paella. Afegim, la sèpia i el sofregit de ceba i tomata prèviament laborat com una confitura.

Deixem el sofregit que es faci un parell de minuts a foc lent i ho salpebrem una mica. Finalment, hi afegim l'arròs i ho anem barrejant per tal que el sofregit impregni l'arròs.



Ho mullem amb el fumet de peix calent, fem que bulli a foc fort 2 minuts i ho rectificuem de sal i pebre.

Tot seguit ho posem al forn (190° uns 14 minuts) o a foc molt baix fins que s'eixugui tot el caldo o fins que estigui cuit, si l'arròs encara no està cuit, podem afegir una mica més de caldo, les cues de gamba les disposarem per sobre l'arròs.

ARRÒS CASSOLA

SOI Blanc

Ingredients per a 2 persones:

- 80 g. de sofregit
- 10 g. d'all negat
(alls, oli d'oliva i brins de safrà,
tot triturat)
- 10 ml. d'oli d'oliva
- 4 salsitxes tallades
- 50 g. de costelló de porc tallat
- 100 g. de sepiones netes
- 2 escamarlans
- 2 gambes
- 8 cloïsses i musclos de roca
- 170 g. d'arròs Bahia
- 0,5 l de fumet de peix de roca
- Sal i pebre

En una olla de ferro fos fonda sofregim les salsitxes i el costelló fins que quedi ben ros.

Afegim les sepiones, el sofregit i l'all negat. Ho sofregim perquè hi deixi l'aroma i quedi cuit. A continuació hi afegim la fel de les sepiones.



Deixem el sofregit que es faci un parell de minuts a foc lent i ho salpebrem una mica. Finalment, hi afegim l'arròs i ho anem barrejant per tal que el sofregit impregni l'arròs. Ho mullem amb el fumet de peix de roca calent, fem que bulli a foc fort 2 minuts i ho rectificuem de sal i pebre.

Tot seguit ho posem a foc més baix durant 9 minuts. Tapem l'olla 3 minuts més a fora del foc perquè quedi caldós. Si es desitja es pot afegir més caldo per si se n'ha evaporat massa.

Si ho fem al forn
190° - 10 minuts

Ingredients per a 4 persones:

- 80 g de sofregit
- 50 ml d'oli d'oliva
- 2 u colomí a quarts, (pits crus i ales i potes cuites rostides)
- 360 g d'arròs Bomba
- 1,5 l de fons de carn (colomí)
- 150 g de bolets de temporada
- Sal i pebre

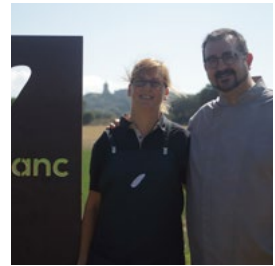
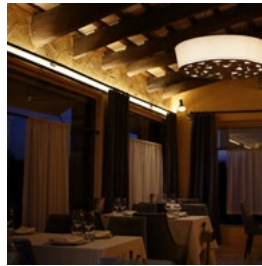
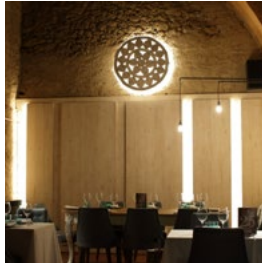


En una paella de ferro o acer sofregim els bolets i el colomí ja rostit, la paella ha de ser ben grossa per 4 persones una paella de 45cm. L'arròs ha de quedar molt estès en la paella.

Afegim el sofregit de ceba i tomata prèviament elaborat com una confitura. Deixem el sofregit que es faci un parell de minuts a foc lent i ho salpebrem una mica. Finalment, hi afegim l'arròs i ho anem barrejant per tal que el sofregit impregni l'arròs.

Ho mullem amb el caldo de colomí calent, fem que bulli a foc fort 2 minuts i ho rectificuem de sal i pebre.

Tot seguit ho posem al forn (190° uns 14 minuts) o foc molt baix fins que s'eixugui tot el caldo o fins que estigui cuit, si l'arròs encara no està cuit, podem afegir una mica més de caldo, els pits els marquem al foc o la planxa i els disposarem per sobre l'arròs poc fets.



t 972 667 365
restaurantsolblanc.com
PALS