

Receta KA

ARROZ IBÉRICO

Ingredientes para 4 personas: 300 g de arroz redondo / 250 g de lomo de cerdo ibérico / 250 g de costilla de cerdo adobada / 1 cebolleta / 1 calabacín / 1 pimiento rojo / 1 pimiento verde / 900 ml caldo de carne / unas hebras de azafrán / sal / pimienta negra / aceite de oliva / perejil fresco



Elaboración

1. Picar la cebolleta, el calabacín y los pimientos en brunoise
2. Sofreír las verduras con aceite de oliva
3. Cortar el lomo en tiras. Marcar el lomo y las costillas en un poco de aceite. Reservar.
4. Pochar las verduras en el mismo aceite del lomo y las costillas. Cuando las verduras se encuentren bien pochadas, agregar las carnes
5. Rehogar el conjunto unos minutos. Añadir el arroz y seguir rehogando durante otro par de minutos
6. A continuación, verter el caldo caliente y las hebras de azafrán. Cocinar a fuego moderado hasta que el arroz este al dente (unos 18 minutos)
7. Rectificar de sal y decorar con unas hojitas de perejil fresco

Nota: Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres **supervisen, ayuden y se diviertan** cocinando con los niños