

# Arroz con bogavante

Cocina en Video  
Recetas sencillas pero muy sabrosas



Con esta receta podrás hacer un arroz con bogavante delicioso. Muy al contrario de lo que parece este arroz para 4 personas nos ha salido por menos de 5 euros por persona y es que el sabor que se consigue es realmente único.

Dedicación : 5 minutos

Cocción : 20 minutos

Cantidad : 4 raciones

## Ingredientes:

- 1 Bogavante mediano de unos 700 g
- 4 cdas de aceite de oliva
- 1/4 pimiento
- 1 cebolla, 1 diente de ajo
- 400 gramos de arroz para 4 personas (2 vasos de arroz)
- 6 vasos de caldo de pescado (o agua y dos pastillas de caldo)
- 6 gambas medianas
- 1 chorro de vino blanco
- Azafrán, sal
- Cayena o pimienta negra.

- 1 Preparamos el acompañamiento de nuestro bogavante, para ello picamos en trozos pequeños el pimiento, la cebolla y el ajo y sofreímos en una cazuela o paella con 4 cucharadas de aceite de oliva. Separamos las cabezas de las gambas.
- 2 Mientras tanto hacemos un caldo de pescado sofrriendo en un recipiente con un chorro de aceite de oliva, las cabezas de las gambas. Las machacamos un poco y cocinamos durante un minuto. Añadimos el agua, una pizca de sal y dejamos que hierva.
- 3 Cuando la cebolla esté caramelizada añadimos un chorro de vino o coñac, esperamos a que se evapore y echamos el arroz. Sofreímos durante un minuto y añadimos el agua, reservando un vaso para añadir más tarde a medida que sea necesario. Cocinamos a fuego medio: del 1 al 10 en el 6.
- 4 Echamos el bogavante separando la cabeza del cuerpo y dejamos que se haga durante unos 8 minutos. Cuando se ponga roja le damos la vuelta por el otro lado, añadimos un poco más de caldo y dejamos que se haga otros 8 minutos.
- 5 Transcurrido ese tiempo, unos 15 minutos desde que echamos el agua, colocamos bien el bogavante en el centro, añadimos el resto del agua y repartimos las gambas por el espacio sobrante. Dejamos que se haga otros 6 minutos y apagamos el fuego. Quedará reposando unos 10 minutos para que quede en su punto. Retiramos y servimos. Buen provecho.

más recetas en *Cen* - *Cocina en video* .com