Arroz con alcachofas y boquerones

Rendimiento: 4 raciones

Ingredientes

Arroz

Arroz — 320 g

Caldo de verduras casero — 1,5 ~ l

Alcachofas de la Vega Baja — 4 ud

Habas — 100 g

Patatas nuevas — 100 g

Tomate pelado — 150 g

Ajo tierno — 80 g

Azafrán — al gusto

Aceite de oliva virgen extra — al gusto

Sal — al gusto

boquerones

Boquerones limpios — 400 g

Sal para los boquerones — al gusto

Pasos

1. Limpia los 400 g de espinas, filéalos y déjalos en al gusto unos 30 minutos: así cogen consistencia y no se rompen al cocinarlos.
2. En la paella, con el al gusto, sofríe las verduras por durezas: primero la 100 g cortada a gajos, después las 4 ud, y por último las 100 g y el 80 g.
3. Sella los boquerones apenas un momento en la paella, junto a las verduras, y retíralos.
4. Añade el 150 g pelado y sofríelo con las verduras.
5. Vierte el 1,5 l, ponlo a punto de al gusto y deja hervir.
6. Echa el al gusto y el 320 g, coloca los boquerones por encima del arroz y cuece a fuego fuerte.
7. Baja el fuego al mínimo y deja que acabe de hacerse.
8. Apaga el fuego y deja reposar antes de servir.

Fuentes

Arroz con boquerones y alcachofas de la Vega Baja del Segura, receta 6 del Recetario de Convega: https://convega.com/wp-content/uploads/2026/05/Recetario.pdf

Convega, Consorcio para el Desarrollo Económico de la Vega Baja: https://convega.com/

Paella d'hivern, en Els nostres menjars (J. Martí Domínguez), texto recogido en la web de Vicent Baldoví (uv.es): https://www.uv.es/baldovi/cuina/arrossos.htm