Peixe e Marisco

ARROZ DE LULAS

Receita de Fã
Fácil
45 Min.
1-6 Doses

INGREDIENTES

- 800 G LULAS ÀS RODELAS
- 1 CEBOLA GRANDE
- 4 DENTES DE ALHO
- 100 G CENOURAS AOS PEDAÇOS
- 300 G TOMATE AOS CUBOS (FRESCO)
- 100 G PIMENTO VERDE EM TIRAS
- FIO DE AZEITO PARA O REFOGADO
- 1 FOLHA LOURO
- 100 ML VINHO BRANCO
- 3 C. SOPA DE POLPA DE TOMATE
- 1 L ÁGUA
- 500 G ARROZ CAROLINO
- 1 CALDO MARISCO
- SAL Q.B.
- MOLHO DE COENTROS PICADOS

CONFEÇÃO

1. Coloque no copo a cebola, os alhos, as cenouras, o azeite e o tomate em cubos. Com a lâmina picadora, programe 30 seg na vel 8.
2. Troque a lâmina picadora pelo acessório misturador e junte a folha de louro, o caldo de marisco e o pimento. Programe slow cook P1, 5 min, 130ºC.
3. Adicione as lulas, o vinho e a polpa de tomate e programe slow cook P2, 20 min.
4. Acrescente a água, o arroz e o sal e programe slow cook P2, 20 min.
5. No final, rectifique os temperos e incorpore os coentros picados no preparado.