

ARROZ DE POLVO



CONFEÇÃO

1. Cozer o polvo com a folha de louro em 1,5 lt de água no programa Steam, 45 min, 100°. Coar, reservar a água da cozedura e cortar o polvo em pedaços pequenos e reservar.
2. Lavar a taça e picar (ultrablade) a cebola e o alho na vel. 11, 10 segs.
3. Trocar para o acessório misturador, acrescentar o azeite e refogar em Slow Cook, P1, 5 min.
4. Adicionar o tomate picado, a polpa de tomate o Knorr e o vinho. Selecionar Slow Cook P2, 7 min. Trocar novamente o acessório para a ultrablade e picar o preparado na vel. 7 durante 15 segs (para ficar um molho grossinho).
5. Colocar o acessório misturador, acrescentar a água de cozer o polvo e selecionar Slow Cook P2, 5 min, acrescentar o arroz e cozer durante 17 min. Adicionar o polvo a 7 min antes de terminar o programa.
6. Servir de imediato.
7. Nota: não coloquei sal, pois o polvo já é salgado.

INGREDIENTES

- 500GR DE POLVO
- 1,5 LT DE ÁGUA
- 1 CEBOLA
- 2 DENTES DE ALHO
- AZEITE Q.B.
- VINHO BRANCO Q.B.
- 3 C. SOPA DE POLPA DE TOMATE
- 4 C. SOPA DE TOMATE PICADO
- MEIO CALDO KNORR DE MARISCO
- 1 FOLHA DE LOURO
- 250 GR DE ARROZ VAPORIZADO
- 1,2 LT DE ÁGUA