

# ARROZ DE POLTRA "A MINHA MANEIRA"



## INGREDIENTES

- 800GR POLTRA DESCONGELADA
- 2 CEBOLAS
- 2 DENTES ALHO
- 350GR ARROZ (USEI VAPORIZADO)
- AZEITE Q.B
- 6 PALITOS DE DELICIAS DO MAR
- 1 COPO VINHO BRANCO
- 2 COLHERES DE SOPA DE POLPA DE TOMATE
- 1 CALDO DE KNORR MARISCO
- 1 PITADA DE AÇAFRÃO DAS ÍNDIAS
- COENTROS
- SAL Q.B
- PIMENTA Q.B

## CONFEÇÃO

1. Comece por pôr na taça a poltra descongelada com 1 cebola inteira (com casca) e 700gr água. Programe 30 minutos, 100°.
2. Acabando o tempo, retire a poltra, a água de cozedura e reserve.
3. Adicione agora a cebola e o alho, com o acessório picador, pique vel.10, 10 seg.
4. Com a ajuda da espátula, baixe todos os ingredientes da lateral da taça e introduza o acessório misturador, adicione o azeite e o caldo de marisco. Programe Slow Cook, 7 minutos, a dois minutos do fim adicione o arroz e deixe acabar o programa.
5. Introduza agora, a polpa de tomate, o vinho branco, os temperos, a água da cozedura ( se necessário água até perfazer 700gr de liquido e programe, vel.2, 100°, 20 minutos.
6. Entretanto vá cortando a poltra em rodelas e as delicias do mar também.
7. Acabando o tempo, ver se o arroz está no ponto, rectifique os temperos, adicione a poltra, as delicias do mar e os coentros. Bom apetite