ARRÒS DE PEIX

Gastronomia | 15/09/2017 | 13:44

El mateix arròs es pot fer amb marisc i carn, i és el clàssic arròs a la cassola

Un arròs de peix exquisit. Normalment es fa caldós, o sigui, a la cassola, per tant és innecessari dir que és caldós o melós. Un arròs que es feia a tota la costa i a l'interior; altrament els tapers tenien accés directe al peix.

Ingredients

Sèpia, o bé calamars (uns 200 g), 8 escamarlans, 1 grapat de musclos (uns 3 per persona), 400 g d'arròs perlat de Pals (o 4 tasses), 1 ceba, 1 pebrot (opcional), 3 o 4 alls, julivert, 2 tomàquets petits, oli, sal, aigua (1 1/2 l, aproximadament), alls i julivert

Elaboració

Netegeu els musclos per fora i reserveu-los. Netegeu la sèpia o els calamars, i feu-ne anells o talls, si s'escau. En una cassola, feu-ho sofregir tot i reserveu-ho (la sèpia cal coure-la una mica més).

Poseu una cassola catalana (o de terrissa) al foc amb un cul d'oli. Sofregiu-hi la ceba tallada ben fina amb ganivet i el pebrot (si n'hi poseu) tallat a petits daus; hi afegiu els alls fets a talls molt fins, i de seguida que siguin rossos, hi afegiu el julivert. Us heu de prendre tot el temps necessari per elaborar aquest sofregit, heu de remenar contínuament la ceba i afegir-hi, si cal, gotes d'aigua (hi ha qui no n'hi posa). Quan sigui ben caramel·litzada, d'un color fosc, però no cremada, hi afegiu i el tomàquet pelat, sense llavors i picat o, encara millor, un de concentrat. Ho deixeu coure com una confitura: per fer aquest sofregit necessiteu ben bé una mitja hora i tenir els peus plans.

Tireu-hi la sèpia, la resta del marisc i les carns o menuts, tot prèviament sofregit; hi fareu donar uns tombs (hi ha qui hi posa els musclos o el marisc de clova al cap d'uns 10 o 15 minuts de cocció). Tireu-hi l'arròs, aneu-ho remenant, a foc alt. Mulleu-ho amb l'aigua bullent, procurant que no deixi de bullir, mantenint el foc roent uns 8 minuts per, seguidament, anar-lo abaixant. Feu-ho coure uns 12 o 15 minuts ben justos (depèn de l'arròs i de l'aigua). Si cal, hi afegiu una mica de líquid, calent. No us oblideu de la sal i, fins i tot, d'una picada d'all i julivert, millor tallat amb

ganivet, que s'hi posa al final. Deixeu reposar una mica l'arròs, però mirant que no es covi. Recordeu que continua coent-se a la cassola.

Notes

Podeu substituir la sèpia per sipions, calamarsets o anelles de calamars, que era l'ingredient més corrent, o posar-hi meitat i meitat; no obstant, els calamars fan l'arròs moll, tot i que si és sucós no importa. Hi són molt bons un grapat de crancs, dels de sopa o dels "peluts". No hi fan cap mal unes tellerines, rossellones, etc. Si feu servir sèpia congelada, que sigui "bruta"; l'altra no té gust de res.

El mateix arròs es pot fer amb marisc i carn, i és el clàssic arròs a la cassola.

És interessant fer servir un bon brou de peix en comptes d'aigua. Feu-lo amb peix per a sopa: cap de rap, rates, aranyes, escórpores, cintes, crancs, sense escates, tripes ni ganyes.

Si el voleu fer a l'estil de l''arròs fosc o negre de Palafrugell, el sofregit de la ceba, molt pacientment, ha de durar almenys dues hores. Actualment una empresa de la Bisbal comercialitza aquest sofregit bo i preparat.

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/50410-arros-de-peix-.htm