



PAELLA

ELABORACIÓN

En una sartén alta o paellera, rehogamos con un poco de aceite las verduras (cebolla, pimiento y tomate) que previamente habremos picado muy finas.

Cuando ya están blanditas, añadimos el arroz y removemos bien para que se impregne del sabor de las verduras, rehogándolo todo junto; por último, agregamos el caldo de verduras bien caliente junto con la salsa de tomate, que dará color y sabor al arroz.

Después, ponemos al punto de sal y dejamos que rompa a hervir, a fuego fuerte. Una vez ha alcanzado el punto de ebullición, ponemos el arroz a fuego suave hasta obtener un grano suelto y en su punto.

Información nutricional por persona

220,00 kcal Energía
3,03 g Proteínas
32,60 g Hids. de carbono
1,42 g Fibra dietética
8,28 g Grasa total
0,00 mg Colesterol
260,00 mg Sodio

INGREDIENTES

Arroz 150 g

Cebolla 1/2 unidad

Tomate 1/2 unidad

Pimiento verde 1/2 unidad

Caldo de verduras 300 ml

Salsa de tomate 1 cucharada
sopera

Sal 2,5 g

Aceite de oliva 3 cucharadas
soperas

ALÉRGENOS

Celiaco		Huevo	
Carne		Lácteos	
Altramuz		Crustáceos	
Soja		Moluscos	
Setas		Pescado	
Alcohol		Diabético	
Cacahuete		Apio	
Frutos con cascara		Mostaza	
Sulfitos		Granos de sésamo	