ARROZ A BANDA

Arroz a banda o Arrossejat del Grau.

Raciones: 10

INGREDIENTES

Pescado y patatas

1 ud	Pulpo de roca de 1 kg
10 ud	Patatas
1 uds	Cebolla grande
2,5 dl	Aceite de oliva
C/S	Pimentón dulce
Pescado de roca variado: congrio, gallineta, rubio (juriola o viret), cabracho, pez rata, serrano, caballa, sardina, galeras…	
C/S	Agua
C/S	Sal
C/S	Alioli

Receta de Juanito Montero Esbrí

Arroz

1 kg	Arroz
1 dl	Aceite de oliva
10 uds	Galeras (opcional)
5 uds	Rebanadas de pan
1 ud	Sepia
1 ud	Perejil picado
3 uds	Dientes de ajo
Pizca	Pimentón dulce
C/S	Caldo de pescado
C/S	Sal

PROCESO DE ELABORACIÓN

Pescado y patatas

- Limpiad el pulpo.
- Escamad y limpiad el pescado; troceando las piezas más grandes.
- Cortad la cebolla en medias lunas y las patatas en 30 trozos (3 trozos por persona).
- Sofreíd el pulpo durante unos minutos (reducirá su tamaño).
- Añadid la cebolla y, a continuación, las patatas. Rehogad durante unos minutos y añadid una cucharada de pimentón.
- Verted agua hasta cubrir los ingredientes.
- Cinco minutos antes de que terminen de cocerse las patatas, añadid el pescado.
- Rectificad de sal.
- Terminad la cocción con cuidado de que el pescado no se deshaga.
- Verted el caldo en otro recipiente y reservad el pescado, las patatas y la cebolla.

Arroz

- Preparad las galeras y cortad la sepia en trozos pequeños.
- Picad el perejil con el cuchillo.
- En una cazuela de barro, sofreíd las galeras y reservadlas.
- Freíd las rebanadas de pan y reservadlas.
- Rehogad la sepia.
- Incorporad el arroz y sofreídlo hasta que quede nacarado.
- Añadid el ajo y sofreídlo. Agregad el pimentón y el perejil.
- Verted el caldo de pescado bien caliente y rectificad de sal.
- Colocad las rebanadas de pan y las galeras reservadas.
- Coced a fuego progresivamente más bajo hasta que el arroz esté hecho y suelto. Dejadlo reposar.

Acabado y servicio

- Diluid 3 dl de alioli con caldo de pescado hasta conseguir una salsa espesa y fluida.
- Salsead las patatas con el alioli y servidlas junto con el pescado.
- A continuación, servid el arroz acompañado de alioli.

Forma de presentación

- Se presentará el pescado en una bandeja aparte y, en el paellón, solo estará el arroz.
- Será motivo de descalificación servir el arroz junto con el pescado o cualquier otro elemento decorativo.

OBSERVACIONES

- El pez araña y el pez rata son pescados de carne dura, por lo que se incorporarán cuando el agua rompa a hervir.
- La sardina necesita muy poca cocción. Añadidla al final de la cocción.
- La cantidad de agua debe ser suficiente para cocer el arroz. Reservad un poco para la salsa de las patatas.
- Para servir el pescado y las patatas, conviene volcar con cuidado el contenido en una fuente para que se mantenga entero.

TIPOS DE PESCADO

Congrio: *Conger conger*

Gallineta: *Trigloporus lastoviza*

Cabracho o Escorpa: *Scorpaena scrofa*

Pez rata: *Uranoscopus scaber*

Serrano: *Serranus cabrilla*

Caballa: *Scomber scombrus*

Galera: *Squilla Mantis*