

SIVARIS
CARNAROLI



Rape negro sobre arroz carnaroli SIVARIS verde de espinacas, por Javier Aznar



Tiempo de elaboración

50 minutos

Ingredientes

- 100 g / 3,52 oz aprox. de arroz carnaroli SIVARIS
- 500 ml / 1,05 pintas US aprox. de caldo de verduras
- 2 manojos de espinacas

Para el rape:

- 4 lomos de rape limpio de 180 g / 6,35 oz aprox.
- 400 g / 14,10 oz aprox. de aceitunas tipo empeltre
- 150 ml / 0,30 pintas US aprox. de aceite de oliva virgen extra

Para la guarnición:

- 4 cebollas tiernas
- Hierbas aromáticas
- Especias
- Unas hojas de espinacas

ARROZ
SIVARIS

SIVARIS
CARNAROLI



Rape negro sobre arroz carnaroli SIVARIS verde de espinacas, por Javier Aznar

Elaboración

Para el rape:

Preparamos el rape retirándole la piel, la espina central y las aletas. Nos debe quedar un lomo firme del cual sacaremos 4 raciones de 180 g (6,35 oz aprox.) cada una.

Aceitunas negras deshidratadas:

Secamos en el horno a 60 °C / 140 °F las aceitunas previamente deshuesadas por espacio de 8 horas aproximadamente. Las trituramos en un vaso americano e incorporaremos el aceite extra virgen de oliva. Reservamos el resultado.

Caldo de espinacas:

Confeccionamos un caldo de verduras con 2 zanahorias, 1 cebolla, 2 puerros y 1 bulbo de hinojo, que colamos y reservamos. Blanqueamos 2 manojos de espinacas y los refrescamos inmediatamente con agua y hielo. Lo trituramos en el vaso americano con 1 litro de caldo de verduras y lo reservamos.

Guarnición de cebollitas tiernas:

Les quitamos la primera capa y las ponemos en un cazo con agua fría, hierbas aromáticas (tomillo, salvia, mejorana...) y especias (enebro, anís estrellado, pimienta de Sichuán...). Cuando comiencen a hervir, las retiramos del fuego y dejamos que se enfríen en el caldo.

Arroz carnaroli SIVARIS:

En una cacerola freímos el arroz con un poquito de aceite unos 2 minutos. Hervimos el caldo de espinacas y lo incorporamos poco a poco y sin dejar de remover a la cacerola. Iremos añadiendo más caldo a medida que el arroz lo vaya absorbiendo. Cuando hayan transcurrido unos 16 minutos, ya estará listo.

Final y presentación:

Untamos el rape por todos sus lados con la pasta de olivas, lo soasamos en una sartén previamente caliente por todas sus caras y lo retiramos del fuego para mantenerlo tapado en un lugar cerca de los fuegos, y así que no pierda calor y termine de hacerse por dentro.

ARROZ
SIVARIS