

Arroza barazki eta berdelarekin - Arroz con verdel y verduras

GORKA URRESTI - Beikozini (Jarri-Toki)

Iparrajiarre, 10 48700 Ondarroa - Tel: 946 83 28 99



Osagaiak 4 pertsonarentzat:

Ingredientes para 4 personas:

- 2 berdel garbituta eta zatituta / 2 verdes limpios y troceados
- 5 leka / 5 vainas
- 2 piper berde / 2 pimientos verdes
- 2 porru / 2 puerros
- 2 azenario / 2 zanahorias
- 200 gr arroz / 200 gr de arroz
- 2 tipulin / 2 cebolletas
- Gatz pixka bat / Un poco de sal

Nola egin:

Garbitu lekak, piperrak, porruak, tipulinak eta azenarioak, eta ebaki juliana erara.

Garbitu berdela, atera trontzoak, eta egosi buru eta hezurak uretan, salda bat egiteko.

Egosi barazkiak, arroza eta arrain salda lapiko txiki batean, eta gehitu gatza.

Arroza guztiz egosteko 5 minutu falta direnean, erantsi berdela eta egosi.

Elaboración:

Limpiar las vainas, los pimientos, los puerros, las cebolletas y las zanahorias y cortar en juliana.

Lavar el verdel, sacar los lomos y cocer la cabeza y los huesos en agua para hacer un caldo.

En una olla pequeña cocer las verduras, el arroz y el caldo de pescado y añadir sal al gusto.

Cuando al arroz le falten 5 minutos, añadir el verdel y cocinar.