

## ARROZ BIRYANI\*\* CON VERDURAS

\*\* El biryani es un plato típico de la gastronomía de la India que consiste en un plato de arroz frito con diferentes ingredientes adicionales, en este caso con verdura.

### Ingredientes para 4 personas:

- 350 gr. Arroz de grano largo o basmati
- 2 cebolletas
- 2 tomates
- 80 gr. Guisantes
- 1 zanahoria
- 4 ajetes o dientes de ajo
- 1 trozo de 4 cm. jengibre fresco
- Aceite de oliva virgen extra
- Media ramita de canela
- 2 hojas laurel
- 4 yemas clavo
- 1 cucharilla cúrcuma fresca
- 3 ramitas cilantro
- Sal



### Preparación:

- 1°. Preparamos la pasta de ajo y jengibre. Para ello, pelamos el ajete y partimos las mitades en 3 o 4 trozos. Por otro lado, pelamos el trozo de jengibre y partimos en trocitos. Incorpora los trozos de ajo y jengibre al vaso de la batidora y añade un poco de agua... tan solo serán necesarias varias gotas o un pequeño chorrito... su único objetivo es permitirte triturar bien ambos ingredientes hasta obtener una pasta.
- 2°. Lavamos el arroz en un colador bajo el grifo de agua fría. Muévelo un poco con la mano... pero con suavidad, para que no se rompan los granos. Cuando el agua salga limpia, ya estará listo.
- 3°. Pelamos la cebolleta y partimos en tiritas finas. Picamos el tomate en daditos pequeños y reservamos por separado. Lavamos y picamos también el cilantro, bien menudo.
- 4°. En una sartén de fondo grueso o una cacerola al fuego con un hilito de aceite. Cuando ya vaya estando caliente, incorporamos las hojas de laurel partidas en dos o tres trozos, el trozo de canela y el clavo. Dejamos que se tuesten durante unos segundos para que suelten bien sus aromas. Inmediatamente después, incorporamos la cebolleta y la pochamos a fuego suavcito durante 7 o 10 minutos hasta que esté bien hecha, blanda y transparente, se incorpora el tomate picado y sigue cocinando durante 5 o 7 minutos más.
- 5°. Se añade la pasta de ajo y jengibre, mueve bien con la ayuda de una cuchara de madera para que se integren bien todos los sabores y sigue cocinando unos minutos más.
- 6°. Añade la cúrcuma, los guisantes, la zanahoria y el cilantro picado. Mezcla todo bien. Se añade el arroz y deja que se dore durante un minuto. Añade el agua, el doble de volumen que de arroz y sube el fuego hasta que rompa a hervir. En ese momento, bájalo un poco y deja cocer durante 15 minutos. A partir de ese momento, ve probando para ver que tal está, rectifica el punto de sal y retira del fuego en cuanto el arroz biryani esté en su punto.

**¡Fácil, oriental y de temporada!**