EUHT StPOL
ESCUELA UNIVERSITARIA DE HOSTELERÍA Y TURISMO
HOTEL-ESCUELA DE SANT POL DE MAR / BARCELONA
desde 1966

Elaborada por :	José Castillo		Fecha:		
Nombre del platillo:	**Arroz hortelana**				
Tipo de Cocina:	Tradicional		Clasificación:	Arroces	
Tipo de Receta:	Std	Com	Unidad de la Receta:		
			Pociones:	1 ración	

	Conceptos		Cantidad/Unidad		
	Clave	Ingredientes	Peso Neto	Peso Bruto	Unidad
1		Coliflor			1/4 ud.
2		Espárragos			4ud.
3		Calabacín			1/2 ud.
4		Ajos			2 o 3 dientes
5		Cebolla			1/2 ud.
6		Zanahoria			1 ud.
7		Pimiento verde			1/2 ud.
8		Setas			4 o 5 ud.
9		Champiñones			4 o 5 ud.
10		Bacalao		100gr. Aprox	
11		Tomate			1 ud.
12		Brocoli			1/4 ud.
13		Arroz			150gr.
14		Fumet			450 ml.
15		Mantequilla			
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					

Pre-Procedimiento

Blanqueamos la coliflor cortadita, cortamos la zanahoria en mirepoix, pelamos los espárragos y los blanqueamos, cortamos el calabacín y lo blanqueamos. Picamos los ajos y los ponemos en una sarten con mantequilla, añadimos la cebolla picada, al cabo de un poco añadimos la zanahoria y el pimiento verde picado. Rehogamos y añadimos las setas troceadas y la coliflor blanqueada. Ponemos el fumet y añadimos el bacalao unos minutos y lo retiramos, laminamos. Subimos el fuego y añadimos el arroz al caldo hirviendo, añadimos todas las verduras blanqueadas. Al arroz debe quedar hecho y caldoso. Al final añadimos un poco de tomate concassé y las láminas de bacalao. Decoramos con las puntas de espárragos y con un poco de brocoli cocido al vapor.

Procedimiento

Transcrito por Tristán

Nombre y firma de quien elaboró