

## Receta de Paella de Verduras

22 Feb 2016



Buenos días a tod@s, comenzamos la semana con una nueva receta de una de nuestras seguidoras más fieles, Muchas gracias a **Chus González de Madrid** que nos la ha enviado, nos cuenta que esta rica **Paella** es una forma diferente de comer verdura y además aprovechar los restos de ingredientes que os hayan quedado en el frigorífico, seguro que os quedará un plato exquisito.

### Ingredientes

- Arroz
- 1 tomate crudo
- Un puñado de judías verdes
- 2 alcachofas
- 1 calabacín
- 1 pimiento rojo
- 2 cogollitos de coliflor
- Guisantes
- 1 zanahoria en rodajas
- Espárragos
- Aceitunas
- Ajos
- Laurel
- Aceite de oliva
- (Cualquier verdura se presta muy bien, también se puede añadir menestra congelada)

### Modo de Preparación

1. En la paellera echamos un buen chorro de aceite y freímos los ajos, cuidando que no se quemen,
2. A continuación el pimiento rojo y resto de ingredientes picando el tomate crudo
3. Cuando está todo bien rehogado ponemos la sal y condimentamos al gusto
4. Echamos agua ( o caldo de verduras) con el laurel y cuando ha dado un hervor añadimos el arroz
5. Decorar con espárragos y aceitunas
6. Servir caliente y.....buen provecho!!!