

B1  
B2

[reportaje]



# EL ARROZ

## TODO UN SÍMBOLO DEL LEVANTE<sup>1</sup> ESPAÑOL

Por Clara de la Flor

**A**licante fue la sexta provincia española más visitada durante 2015 (la primera era Barcelona). Además, en Alicante está la ciudad turística más famosa de la costa mediterránea: Benidorm; una ciudad con 77 000 camas de hotel y 70 000 habitantes. En 2015, recibió a 2,5 millones de turistas y estamos seguros de que ninguno de ellos se fue sin tomar arroz. Sí, sí, ARROZ, así se dice en Alicante. Y es que la internacional paella es simplemente la receta<sup>2</sup> española más famosa de todos los platos cuya base es el arroz. En *Punto y Coma* ha llegado el momento de descubrirte los secretos de este plato. ¿Te atreves a preparárselo a tus amigos y a tu familia? En este número te lo ponemos muy fácil.

En España, y especialmente en la Comunidad Valenciana, preparar un arroz en casa o ir a comerlo a un restaurante es un

acontecimiento<sup>3</sup> social. El hecho de quedar a comer un buen arroz es, en sí mismo, una fiesta. En las casas, es algo que se suele hacer los fines de semana porque es un plato muy elaborado y requiere mucho tiempo de preparación. Es muy normal en la costa valenciana comenzar a comer entre las 3 y las 4 de la tarde. Como el plan es con familia, amigos o las dos cosas, mientras se prepara el arroz se toma el aperitivo y nadie se queja<sup>4</sup> de la hora de la comida.

Una de las cosas más habituales es que todo el mundo *opine*<sup>N</sup> sobre la manera de cocinar el arroz mientras se cocina. Y esto tiene toda su lógica. Son tantas las variables que *entran en juego*<sup>F</sup> que es casi una cuestión estratégica que el plato salga bien. El caldo, el tipo de arroz, el sofrito y la intensidad del fuego son esenciales. Mmmmm... se acerca la *hora de la comida*<sup>N</sup>, ¿preparado para seguir las instrucciones para comerse un buen arroz?

**F** **ENTRAR EN JUEGO** es sinónimo de participar.

**N** **OPINAR**. En España, opinar es casi un deporte nacional. Generalizando mucho, a los españoles nos gusta opinar casi de cualquier cosa. Incluso si uno no está muy bien informado de un tema, es normal que opine sobre él.

**N** **LA HORA DE LA COMIDA**. Lo normal en España es comer arroz a la hora de la comida por ser un plato bastante pesado. Pocas veces veréis a un español, y menos si es de la Comunidad Valenciana, comiendo arroz a la hora de cenar.

### GLOSARIO

**1 levante:** name used to refer to the eastern region of the Iberian Peninsula, on the Spanish Mediterranean coast

**2 receta:** recipe

**3 acontecimiento:** event

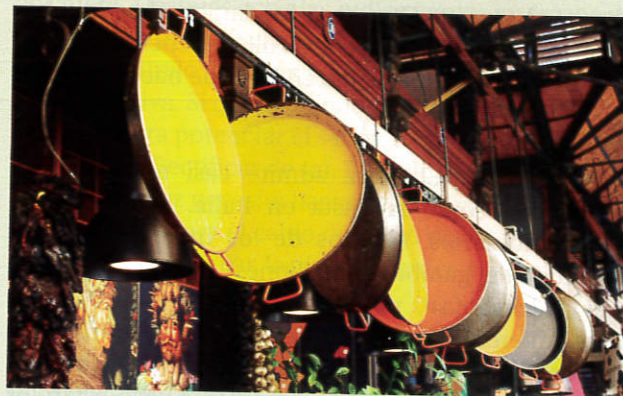
**4 quejarse:** to complain



## ¿SE DICE PAELLA O PAELLERA?

El recipiente metálico o sartén donde se cocina el arroz se llama *paella*. Según la Real Academia de la lengua también se puede decir *paellera*. Los amantes del arroz prefieren decir *paella* porque ese término es el que le dio el nombre al más famoso plato valenciano, la internacional paella. Y es que *paella* viene del latín *patella*, que en valenciano, catalán y balear significa 'sartén'.

El hierro de la paella le da un sabor especial. No intentéis conseguir el mismo sabor si no tenéis una paella, nunca saldrá igual.



### NUESTROS ARROCES FAVORITOS

Estas son las recetas más populares de arroz que podrás encontrar en diferentes restaurantes de la costa mediterránea. Todos ellos son arroces secos, que son los típicos de esta zona. Se llaman así porque el caldo se consume completamente durante la cocción y se comen con tenedor.



**Arroz a banda:** su base es el caldo de pescado y sus ingredientes principales son el calamar y las gambas. Te gustará si lo tuyo no es pelar gambas ni comer con las manos.

**Arroz negro:** este arroz, como su nombre indica, es de color negro, porque su ingrediente principal es la tinta de calamar. Te recomendamos no pedirlo en una primera cita porque los dientes se quedan del color del arroz, es decir, negro.

**Arroz con costra:** morcilla<sup>2</sup>, longaniza (especie de salchicha fresca), tomate, garbanzos y huevo batido para formar una capa crujiente. Este arroz termina de cocinarse en el horno. Lo agradecerás si tienes resaca<sup>3</sup>. El más famoso se prepara en la localidad alicantina de Elche.

**Arroz de conejo y caracoles:** este arroz lo encontrarás especialmente en el interior de la provincia de Alicante. Es delicioso y atrevido<sup>5</sup>. Te gustará si te gustan las nuevas experiencias culinarias.

**Arroz con magro y verduras:** magro de cerdo, alcachofas, judías verdes y coliflor. Es el nuestro, y lo hemos elegido porque es riquísimo, ligero y el más sencillo de preparar.

**Paella valenciana:** el caldo de la paella se hace con con pollo y verdura. A veces se utiliza simplemente agua, pero un arroz hecho solo con agua tiene mucho menos sabor. La encontrarás también bajo el nombre de "paella mixta" porque mezcla ingredientes de mar y de montaña: mejillones, gambas y pollo.

### GLOSARIO

1 costra: crust 2 morcilla: blood sausage 3 resaca: hangover  
4 caracoles: snails 5 atrevido: daring



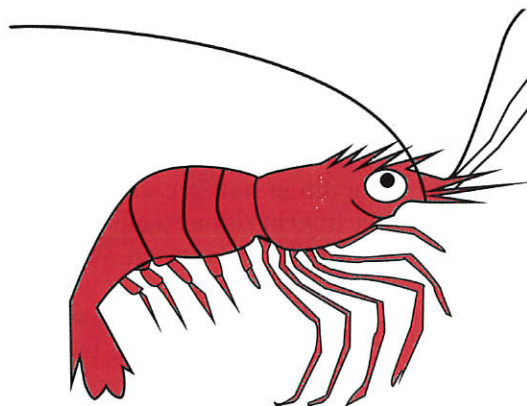
## 5 COSAS SOBRE EL ARROZ QUE DEBERÍAS SABER

**1. Los secretos.** El caldo<sup>1</sup> es la base de un buen plato de arroz, es el secreto. Otra cosa fundamental es que hay que ser generoso con el aceite de oliva. Dependiendo del tipo de arroz que quieras hacer, hay que hacer un caldo de pescado o de verduras.

**2. Ingredientes.** El arroz admite casi todo tipo de ingredientes, como la pasta en Italia. Solo hay que saber combinarlos. Algunos de los ingredientes más utilizados son gambas<sup>2</sup>, mejillones<sup>3</sup>, calamares, pollo, conejo, alcachofas<sup>4</sup>, pimientos rojos y verdes, judías verdes, diferentes pescados y mariscos<sup>5</sup>. Todos ellos dependerán de la zona concreta donde se elabore el arroz y la temporada de los alimentos. Luego están los básicos que nunca pueden faltar: cebolla, ajo, aceite de oliva y tomate para el sofrito<sup>6</sup>, y el azafrán<sup>7</sup> o el colorante.



**3. El color amarillo.** Si viajas a España, verás que no todos los arroces son de color amarillo. Este color se consigue usando azafrán (o en su defecto, colorante alimentario). Pero el colorante no tiene sabor, el azafrán sí. Lo mejor es echar un poquito de azafrán, una de las especias más caras del mundo. El azafrán le da un color dorado a la comida y tiene un aroma muy característico. En 2015 un kilo de azafrán costaba en España 5000 euros. Es tan caro porque para conseguir un kilo se necesitan 250 000 flores. No te asustes porque la cantidad de azafrán a usar en una arroz es muy pequeña.



**4. El punto<sup>8</sup> del arroz.** Dicen que en la costa mediterránea el agua tiene mucha cal<sup>9</sup>, es más dura. Eso es bueno para el arroz porque permite al grano que hierva<sup>10</sup> más tiempo quedando más entero. El punto del arroz es una de las cuestiones más controvertidas de este plato. En Alicante, el arroz seco se toma *al dente*, es decir, un poco entero, como la pasta en Italia. En Valencia el arroz se cocina un poco más de tiempo, el grano se abre más y se queda más blandito.

**5. ¿Paella o arroz?** Los alicantinos dicen siempre *arroz*. La paella es la receta para preparar arroz más famosa y más internacional de todas. La paella lleva pollo y marisco. Es un plato tan famoso que casi le ha quitado la identidad al resto de arroces secos. En Alicante escucharás más la palabra *arroz*, pero en Valencia la palabra *arroz* es frecuentemente sustituida por la palabra *paella*.



### GLOSARIO

1 caldo: broth 2 gambas: shrimp 3 mejillones: mussels  
4 alcachofa: artichoke 5 marisco: shellfish 6 sofrito: sautéed ingredients 7 azafrán: saffron 8 punto: the degree to which something is cooked 9 cal: mineral, lime 10 hervir: to boil



[receta]

## ARROZ DE POLLO O MAGRO<sup>1</sup> CON VERDURAS



### INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS / MEDIDAS

Arroz / 4 tazas  
 Caldo de pollo (casero) / **el doble de caldo que de arroz**  
 Magro de cerdo (cuello, o cualquier parte del cerdo que no tenga mucha grasa. También se puede hacer con costillas de cerdo cortadas en trozos pequeños o con pollo) / **400 gramos de magro de cerdo o ½ pollo**  
 Cebolla / 1  
 Ajo / **3 dientes de ajo**  
 Tomate / ½  
 Alcachofas / 4  
 Coliflor / 1/4  
 Pimiento rojo / ½  
 Azafrán o colorante  
 Aceite de oliva  
 Sal

### Ingredientes para el caldo de pollo

Pollo con hueso en trozos / 1/4  
 Zanahoria / 1  
 Cebolla / 1  
 Puerro<sup>2</sup> / 1  
 Nabo<sup>3</sup> / 1  
 Judías verdes / 100 gramos  
 Sal  
 Aceite de oliva

### PREPARACIÓN

**1. Prepara el caldo de pollo.** En una olla<sup>4</sup> fríe los trozos de pollo durante 2 o 3 minutos. Tienen que quedar dorados por fuera. Después echa las judías verdes en trozos de 2 o 3 centímetros. Echa la zanahoria, el puerro, la cebolla y el nabo. Cúbrela todo con agua. Añade sal y un chorro<sup>5</sup> de aceite de oliva. Si quieres, añade una pastilla de caldo de verduras para potenciar el sabor. Cocer al fuego durante 30 minutos. Rectificar de sal. El caldo debe estar sabroso porque el arroz necesita bastante sal para que esté rico.

Después, separa el caldo del resto de los ingredientes. También debes sacar las judías verdes y reservarlas en un plato aparte.

¡El caldo es el secreto de un buen arroz!

**2. Rehoga<sup>6</sup> las verduras y la carne.** Corta el magro de cerdo o el pollo en pedazos fáciles de comer y rehógalo un poquito en la sartén<sup>7</sup> hasta que se dore. Retíralo y resérvalo en un plato. Limpia bien las alcachofas, quita las hojas de la parte de fuera y pártelas en 4 trozos. Rehógalas en la sartén y resérvalas. Trocea<sup>8</sup> la coliflor también en pedazos que sean fáciles de comer, rehógala y resérvala. Por último, corta el pimiento rojo en tiras de 5 o 6 centímetros y fríelo también.

**3. Haz el arroz en una sartén grande o en una paella<sup>9</sup>.** Pica el ajo y rehógalo en la paella (paellera) o en la sartén grande a fuego lento. Después de un minuto, ralla<sup>10</sup> el tomate y échalo en la sartén con el ajo, y remuévelo<sup>11</sup> un poquito. Hecha el arroz y mézclalo todo bien. El arroz debe quedar bien empapado (mojado) de aceite. Después añade todo el caldo y remueve todo. Añade poco a poco las verduras y distribúyelas de manera uniforme por encima. Después diluye el azafrán o el colorante en medio vaso de caldo y échalo por encima intentando que se tiña<sup>12</sup> todo el arroz.

Por último, añade las tiras de pimiento rojo intentando ponerlas en círculo a modo de adorno.

Dejar cocer alrededor de 20 minutos y añadir caldo, si hace falta. El arroz debe quedarse sin caldo. Si se pega<sup>13</sup> un poquito por abajo, no pasa nada. Ese arroz quemado es lo que se llama *socarrat* y es para muchos algo delicioso.

### GLOSARIO

**1 magro:** lean, lean meat **2 puerro:** leek **3 nabo:** turnip  
**4 olla:** pot, pan **5 chorro:** drop, spurt **6 rehogar:** to sauté  
**7 sartén:** frying pan **8 trocear:** to chop, cut **9 paella:** large shallow pan used to make paella **10 rallar:** to mince, slice  
**11 remover:** to stir **12 teñir:** to dye, color **13 pegarse:** to stick