

Chef Catalina Vélez

Arroz Atollado Pacifico de Camarón

Ingredientes

3 Cucharadas

Aceite

3 Tallos

Cebolla Larga Finamente Picados (parte Verde Y Blanca)

2 Dientes

Ajo Machacados

6 Ajíes

Dulces Picados

3 Cucharadas

Albahaca Picada

3 Cucharadas

De Cilantro Picado

1 Cucharada

Orégano Picado

Sal

Comino Al Gusto

1 1/2 Kilos

Camarón Tigre Crudo, Pelado

6 Tazas

Fondo (caldo) De Pescado

6 Tazas

Leche De Coco

2 Cucharadas

Aceite Vegetal

2 Tazas

Arroz

2 Ajíes

Dulces Picados

6 Hojas

Cilantro Picado

Sal

Al Gusto



Para el refrito, coloca una sartén a fuego medio, calienta el aceite y sofríe la cebolla junto con el ajo hasta que estén transparentes. Adiciona el ají dulce o el que prefieras, comino previamente tostado que le da un sabor muy nuestros y sal al gusto. Incorporar las hierbas picadas y cocina hasta obtener una salsa con carácter. En un recipiente aparte reserva la mitad del refrito para más adelante o incluso para otros sabores locales que se te ocurran.

Preparación Para El Atollado

Para el atollado coloca en una olla profunda y rehoga en el aceite, el refrito y el arroz. Dora por 4 minutos, moviendo constantemente. Vierte el caldo de pescado o un caldo de pollo si prefieres (Recuerda que acá lo más importante es que le des tu sabor) y la leche de coco, adiciona el comino previamente tostado, el ají dulce, la sal y el cilantro cimarrón. Tapa y mezcla de vez en cuando con una cuchara de madera hasta que el arroz esté a punto y la preparación tenga una consistencia cremosa. Faltando un minuto para servir, adiciona el camarón y mezcla suavemente para que se cocine con el calor del arroz. Sirve el atollado de camarón con un poco de cilantro por encima., decóralo como te guste a ti y si quieres pon otras salsas para que las personas complementen con su propio sabor local. Nota: si tienes achiote, usa aceite achatado para elaborar el refrito.