

CONCURS D'ARROSSOS CONTRA FIDEUS									
INGREDIENTS PER A 5 ALUMNES									
PEL EL SOFREGIT					NECESSITATS				
All	3	gra		Picar l'all. Posar-lo a la paella i enrossir-lo. Tant bon punt començi agafar color, posar-hi la ceba tallada a daus (brunoisse) seguir coent a foc baix fins conseguir un color daurat. Afegir els dos pebrots tallats igual i seguir sofregint. Un cop tot sigui ben ros, afegir el calamar, que prèviament haurem saltat a part amb una mica d'oli, per tal que perdi l'aigua. Afegim al sofregit. Finalment afegim el tomàquet i acabem de sofregir el conjunt.	La paella per 5	1	unit.		
Ceba grossa	1	unit			espàtula	1	unit.		
Tomàquet triturat	0.3	litre			Ganivets	2	unit.		
Pebrot verd	1	unit			Taula de tallar	2	unit.		
Pebrot vermell	1	unit			Fogó (2 per grup)				
calamar	400	gr							
PEL EL BROU					NECESSITATS				
ceba	1	unit		Fem una bresa (verdures del brou) tallant les verdures a talls grans (Mirepoix). Sofregim les verdures, afegim els crancs i els saltem fins que quedi tot ben daurat. Un cop daurat, afegim la cullarada sopera de pebre vermell. Desglaçem amb vi blanc abans que es pugui	olla	1	unit		
pastanaga	1	unit			espàtula	1	unit		
api	0.2	kg			Fogó (2 per grup)				
porro	1	unit							
Cranc - peix	1	kg							
Pebre vermell dolç	0.01	kg							

Vi blanc	0.3	Litre		cremar el pebre vermell. Deixem reduir l'alcohol del vi. Mullem amb els 3 litres d'aigua i bullim 25 minuts des de l'arrecnada del brou. Bullim a foc baix. Colem i reduïm el brou fins a 1,5 litres aprox.				
aigua	3	Litre						
PER LA PICADA i altres					NECESSITATS			
julivert	0.01	kg		Per la picada, triturem l'aigua o brou amb l'all, el julivert i el safrà. Grammatge per persona: Arròs 80 gr - 240 ml de brou Fideus 100 gr – 300 ml de brou (aprox, segons com bulli l'arròs) * opcional fregir una mcia els fideus.	Túrmix (un per grup)	1	unit.	
all	3	gra			Pot de turmix	1	unit.	
safrà	0.00 1	kg						
aigua	0.01	Litre						
Arròs o fideus no1 (50% dels alumnes de cada)	0.5	Kg						
Oli oliva	0.15	Kg						
Sal	0.01	kg						
pebre	0.01	kg						
Musclos	15	unit	guarnició					
Pèsols	0.10	kg	guarnició					
Gamba lagostinera	5	unit	guarnició					
PER LA LACTONESA D'ALL					NECESSITATS			
Llet sencera	0.1	litre	LA SELVATANA	Triturar tots els ingredeints en	Túrmix	-	unit.	

Oli girasol	0.2	litre		un got de túrmix. En les proporcions indicades i tot a la mateixa temperatura, preferiblement ambient.	Pot de túrmix	1	unit	
all	2	gra			Culleres soperes	3	unit	
sal	0.01	kg						

ELABORACIÓ / MUNTATGE

Per començar a fer l'arròs:

A la paella hi posem el sofregit, els 500 gr de pasta o 400 d'arròs, arranquem el foc, a foc fort.

Hi posem la meitat del brou calent 600 ml.

Deixem bullir el conjunt a foc fort durant 8 minuts.

Abans dels 8 minuts, li haurem posat el caldo restant 600 ml més, i baixarem el foc una mica.

Posarem picada al minut 15 i provarem de sal i pebre.

Posem el marisc i els pèsols

Deixem acabar de bullir fins al minut 17.

Reposem 3 min i ja ho tenim!