

PASTEL DE ARROZ

INGREDIENTES

2 Tazas de arroz blanco cocido
500 gr de carne picada
1 Cebolla picada en dados
3 Dientes de ajo picados
1 Pimiento rojo picado en dados
Zanahorias en cuadros cocidos
Guisantes
Aceite de Oliva
Tomillo, orégano, romero al gusto
Sal y pimienta

PREPARACIÓN

Aderezamos la carne con sal y pimienta, romero, orégano, tomillo, comino. Añadimos aceite de oliva en una sartén y sofreímos la cebolla y el ajo con cuidado que no tomen demasiado color, añadimos el pimiento rojo dejamos cocer por unos min y agregamos la carne picada.

Le vamos dando vueltas para que se mezclen bien los ingredientes y la carne quede hecha por todos los lados durante unos 10 min. Rectificamos de sal y apagamos. (La idea es que quede, ni muy seca ni muy líquida)

A un molde para torta de tipo desmoldable, le pasamos una servilleta con aceite de oliva para engrasar el molde, a fin de evitar que se pegue el arroz a las paredes del molde.

Añadimos una taza de arroz y lo aplastamos haciendo una base en el fondo del molde. Ponemos la carne y encima las zanahorias y guisantes, luego terminamos con una capa de arroz por encima (que sería la otra taza de arroz), haciendo un poco de presión hacia el fondo para que se compacte todo.

Se recomienda dejar reposar unos minutos y desmoldar antes de servir.

SUGERENCIAS

El arroz no debe quedar muy granoso, queda estupendo con el arroz arborio o bomba.

Si gustan se puede añadir una tortilla delgada entre la carne y el arroz y añadir jamón y queso.

Pueden espolvorear queso parmesano por encima y hornear por unos min hasta que dore el queso.

Pueden sustituir la carne por pollo.