



Paella vegana en olla a presión

Ingredientes

- 200 g arroz vaporizado
- 1 cebolla mediana
- 2 dientes de ajo
- perejil
- una pizca de cúrcuma
- sal
- 1 pimiento verde grande
- 100 g guisantes
- 100 g judías verdes
- 150 g alcachofas congeladas
- 1 zanahoria grande
- 4 cucharadas tomate triturado
- 1 lata pequeña aceitunas verdes sin hueso
- 5 cucharadas de aceite de oliva
- 450 ml agua.

Preparación

En la olla poner a calentar el aceite, cuando comience a humear añadir la cebolla picada fina, la zanahoria raspada y cortada en cuadraditos pequeños, el pimiento troceado y 1 diente de ajo picado .

Dejar que se vaya friendo a fuego medio removiendo de vez en cuando .

Cuando estén casi fritos los vegetales (unos 5 minutos), añadir el arroz y el tomate, dar unas vueltas .

En un mortero machacar el ajo y el perejil, añadir un poco de cúrcuma y un poco de agua, desleír y añadir a la olla .

Añadir el otro diente de ajo y el perejil machacados .

Añadir el agua .

Cortar las judías verdes en trozos como de 3 cm, añadir a la olla .

Añadir también los guisantes, las alcachofas y las aceitunas .

Añadir la sal, cerrar la olla y cuando empiece a hervir contar 4 minutos, (Dependerá del modelo de olla, consultar el tiempo en el manual) .

Deja enfriar la olla y servir .