

# PAELLA MANÉZINHO DA ILHA

## INGREDIENTES

### VEGETAIS:

Vegetais: 3 pimentões verdes,

1 pimentão vermelho

1 pimentão amarelo

500 g de vagem

2 cebolas grandes

Vagem

### TEMPEROS:

Temperos: 1 cabeça de alho

açafrão da terra

paprica picante

sal ou tempera tudo

limão

### ACOMPANHAMENTOS:

Acompanhamentos: arroz (parboilizado)

Azeite de oliva

Vinho branco (seco)

## MODO DE PREPARO

### PREPARO PARA OS CORTES E GUARNIÇÕES:

Preparo para os cortes e guarnições: Corte a cebola grosseiramente em cubos médios.

Deixe o alho inteiro apenas com a casca mais fina.

Retire a pele do paio, após corte-o em cubos da espessura de um polegar.

Corte em cubos o frango e o lombo da espessura de um polegar.

Limpe a lula e as corte em anéis, (não jogue fora os tentáculos).

Corte em cubos médios a vagem.

Corte os pimentões em tiras verticais.

Tempere as carnes com pouco sal pois na panela serão adicionados mais temperos.

Frite os camarões com casca e reserve-os.

Cozinhe a ostras apenas para abri-las.

#### PREPARO PARA O COZIMENTO:

Preparo para o cozimento: Utilize uma colher de pau para mexer os ingredientes.

Jogue um pouco de azeite na panela, adicione a cebola e refogue por dois minutos em fogo médio.

Adicione o alho.

Reserve em um canto da panela os ingredientes já refogados.

Adicione o paio até ele ficar quase frito.

Reserve em um canto da panela os ingredientes já refogados e fritos.

Adicione a carne de porco e refogue-a por 4 minutos.

Reserve em um canto da panela os ingredientes já refogados e fritos.

Adicione o frango e refogue-o por 4 minutos.

Reserve em um canto da panela os ingredientes já refogados e fritos.

Adicione o camarão e refogue-o por 1 minuto.

Reserve em um canto da panela os ingredientes já refogados e fritos.

Adicione a lula com os tentáculos e refogue-o por 1 minuto.

Reserve em um canto da panela os ingredientes já refogados e fritos.

Adicione os pimentões uma cor de cada vez, refogue 3 minutos cada um.

Reserve em um canto da panela os ingredientes já refogados e fritos.

Adicione a vagem e misture todos os ingredientes com a colher de pau sempre em sentido horário.

Adicione um copo cheio de vinho seco branco.

Despeje água fervente na panela até perto da borda.

Adicione uma colher rasa de chá de páprica picante e mais uma colher de chá quase cheia de açafraão.

Mexa todos os ingredientes por dois minutos e prove o caldo para ver se falta mais sal (cuidado para não ficar muito salgado).

Adicione o arroz e aumente o fogo.

Mexa tudo sem parar até o arroz estar quase seco.

Quando o arroz estiver com uma textura tipo empapado com um pouco de caldo então é hora de desligar pois o calor se encarregará de secar o resto que falta.

Adicione o camarão frito no entorno da pare do meio da panela para ornamentar o prato.

Adicione as ostras no entorno de mais do canto da panela para ornamentar o prato.

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/44980-paella-manezinho-da-ilha.html>