

## Arroz Caldosos aux épinards

Écrit par Hélène

Lundi, 07 Janvier 2013 21:12 - Mis à jour Lundi, 07 Janvier 2013 21:22

---



*L'Arroz Caldosos est une spécialité espagnole (plus particulièrement de la région de Valencia) à base de riz, légumes et bouillon. Les espagnols non-végétariens y ajoutent parfois de la volaille.*

**Recette Vegan, sans gluten.**

**Pour 4 personnes.**

### **Ingrédients :**

- 400 grammes d'épinards frais
- 2 verres de riz rond espagnol (ou à défaut de riz Arborio pour risottos).

## Arroz Caldoso aux épinards

Écrit par Hélène

Lundi, 07 Janvier 2013 21:12 - Mis à jour Lundi, 07 Janvier 2013 21:22

---

- 3 gousses d'ail
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 2 feuilles de laurier
- Gros sel
- 1 cuillère à café de paprika
- ½ cuillère à café de curcuma
- Facultatif : 1 petit sachet de colorant alimentaire pour paella.
- De l'eau

### Préparation :

1. Lavez et égouttez les épinards. Rincez le riz.
2. Émincez les gousses d'ail.
3. Dans une grande cocotte, faire revenir l'ail émincé dans l'huile d'olive.
4. Ajoutez ensuite les épinards. Faites les suer.
5. Recouvrir d'une grande quantité d'eau.
6. Ajoutez le riz, le gros sel, le laurier et les épices puis faire bouillir.
7. Laissez mijoter une vingtaine de minutes à feu doux.