

Vegetarian & Vegan Paella

Watch the video



Ingredients (4 servings):



400g mixed wild mushrooms (shiitake, oyster, chanterelles, etc.), chopped



100-200g fresh artichoke hearts OR fresh peas



1 handful flat green beans, trimmed and chopped



1 garlic cloves, mince



1 sweet red bell pepper, diced/sliced (roast first if desired)



2 ripe tomatoes (blanched, peeled, cored, deseeded)



1 tsp sweet paprika/Pimentón de la Vera



15-20 threads Pinch saffron



320 g/ 1.7 cup of Bomba rice



1280ml (5½ cups) vegetable stock



4 tbsp Extra Virgin Olive Oil



Vegetarian & Vegan Paella Recipe – Steps:



Step 1: GARLIC

Cut the garlic clove into halves and use one half to rub the bottom of the paella pan. (Pan is cold).



Step 2: Extra Virgin OLIVE OIL

Add oil to the center of the pan, switch on low medium heat.



Step 3: MUSHROOMS

Add the mushrooms to the pan and sauté over medium heat for 5-7 minutes. Add a pinch of salt.



Step 4: PEAS / ARTICHOKE

Move the mushrooms to the edge of the pan and add the peas and/ or artichokes to the center. Add a pinch of salt. Sauté over medium low heat for 4-6 minutes.



Step 5: GREEN BEANS

Move the peas/ artichokes to the edge of the pan and add the green beans to the center of the pan and sauté over medium low heat for 5 minutes. Add a pinch of salt.



Step 6: SOFRITO

Move the beans to the edge of the pan and add bell pepper to the center of the pan, sauté for 5 min.

Add garlic, saut eé on low heat for 30 sec. Add smoked paprika, elaborate aroma. Add tomato flesh and saut eé on low heat 4-5 min.



Step 7: RICE

On low heat (or off heat) add rice to the center of the pan, mix making rice absorb all the moisture until it gets evenly colored.



Step 8: STOCK 🔥

Add the stock (all at once), go to the HIGHEST heat. Make sure rice distributed well, correct if needed.



Vegetarian & Vegan Paella Recipe – Final Steps:



Step 9: SAFFRON

Add saffron.



Step 10: Don't BURN it!

Keep on high heat boiling for 4-6 min, until you can see rice grains through the stock. Every 1-2 min inspect if the rice is sticking to the bottom. If it sticks, reduce heat.



Step 11: LOW HEAT

Lower the heat when the rice is visible through the stock, keep on the lowest heat 8-10 min.



🚫 DON'T STIR!



Step 12: TASTE the rice

Taste the rice. Keep on low heat until the rice is al dente: firm, but not crunchy in the center of the grain. Check for salt.



Step 13: TURN OFF and COVER

When the rice is al dente, increase the heat until medium heat for 20-40 seconds. Then turn the heat off and cover the pan with kitchen towel or paper and steam for 5 min.



READY!



Paella Vegana y Vegetariana

Ver el vídeo



Ingredientes (4 servicios):



400g de setas variadas (shiitake, ostra, rebozuelos, etc.) picadas



100-200g de corazones de alcachofa frescos o guisantes frescos



1 puñado de judías verdes planas, limpias y picadas



1 diente de ajo, picado finamente



1 pimiento rojo dulce, cortado en dados o rodajas (asado si se desea)



2 tomates maduros (escaldados, pelados, sin corazón ni semillas)



1 cucharadita de pimentón dulce o pimentón de la Vera



15-20 hebras de azafrán



320g arroz bomba



1280 ml de caldo de verduras



4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra



Receta Paella Vegetariana y Vegana – Pasos:



Paso 1: AJO

Cortar el diente de ajo por la mitad, frotar el fondo de la paella con una mitad (la sartén está fría).



Paso 2: ACEITE de Oliva Virgen Extra

Agregar el aceite al centro de la sartén, encender fuego medio-bajo.



Paso 3: SETAS

Agregar las setas a la sartén, saltear a fuego medio 5-7 min. Añadir una pizca de sal.



Paso 4: : GUISANTES/ALCACHOFA

Apartar las setas. Agregar guisantes y/o alcachofas al centro. Añadir una pizca de sal. Saltear a fuego medio bajo 4-6 min.



Paso 5: JUDÍAS VERDES

Apartar los guisantes / alcachofas. Agregar las judías verdes al centro de la sartén, saltear a fuego medio 5 min. Añadir una pizca de sal.



Paso 6: SOFRITO

Apartar las judías verdes, agregar el pimiento rojo y saltear 3-5min. Apartar y agregar el ajo, sofreír

a fuego lento 1 min, agregar pimentón dulce ahumado, elaborar aroma, agregar tomate, cocer a fuego lento unos 5 min.



Paso 7: ARROZ

A fuego lento o apagado: agregar el arroz, mezclar con el sofrito para que el arroz absorba todo y cambie el color de manera uniforme.



Paso 8: CALDO

Agregar el caldo (todo de una vez), ir al fuego máximo. Distribuir bien el arroz para que quede bien cubierto de caldo.



Receta Paella Vegetariana y Vegana – Pasos Finales:



Paso 9: AZAFRÁN

Agregar el azafrán.



Paso 10: ¡No lo QUEMES!

Mantener a fuego alto hirviendo durante 4-5 min, hasta que se vean los granos de arroz a través del caldo. Cada 1 o 2 minutos, inspeccionar si el arroz se pega al fondo y, en caso afirmativo, bajar el fuego un poco para no quemar el arroz.



Paso 11: : FUEGO LENTO

Bajar el fuego cuando se vea el arroz a través del caldo, mantener a fuego muy lento unos 8 min.



¡NO REMOVER EL ARROZ!



Paso 12: : PROBAR el arroz

Probar el arroz. Mantenerlo a fuego lento hasta que el arroz esté al dente . Rectificar de sal.



Paso 13: : APAGAR y TAPAR

Cuando el arroz esté al dente, aumentar el fuego a medio durante 20-40 segundos para crear socarrat (sin llegar a quemar el arroz). Apagar el fuego y cubrir la sartén con un paño de cocina o papel de cocina para que repose durante unos 5 min.



¡LISTO!

