



Paella valenciana, la ricetta originale

Verdure, carne, spezie e tanta creatività per la Paella valenciana, diventata famosa in tutto il mondo ma indissolubilmente legata alla Spagna. Proponiamo la ricetta originale a base di carne.



Paella valenciana con carne (Foto GdG).

Durante un viaggio in Spagna, terra ricca di sapori e sensazioni suggestive, lo chef **Ivan Duran Miguel** ci ha preparato l'originale **paella valenciana**, tipica della regione della Valencia, situata sulla costa orientale della Spagna.

La storia della paella

Il nome originario della paiella era “**arroz a la paella**” (riso in padella). Successivamente è stato adottato il termine “*paella*” in riferimento alla padella di ferro o “paellera” in cui si cucina, un contenitore basso e largo, munito di due manici opposti che rappresenta la pentola ideale per la buona riuscita di questa specialità.

La paella nasce come piatto “povero” dei contadini dell'entroterra valenciano, che mescolavano gli ingredienti che avevano a disposizione, prevalentemente verdure, carne di pollo e coniglio, a volte lumache. A differenza di oggi non veniva preparata con il pesce.

Dalle zone rurali, nel tempo, la paella ha cominciato ad essere servita anche nelle osterie delle zone marittime e turistiche di Valencia ed Alicante, riscuotendo un grande successo nelle numerose varianti che sono seguite, tanto da essere conosciuta e apprezzata in tutto il mondo.

Ricetta originale della Paella valenciana

Ingredienti per 4 persone

- 2 litri di acqua
- 2 carcasse di pollo
- 1 costa di sedano
- 1 carota
- mezzo coniglio
- 4 piccole cosce di pollo
- 200 grammi di riso “bomba”
- 100 grammi di taccole o fagiolini
- 200 grammi di passato di pomodoro
- 100 grammi di fagioli cannellini
- olio extra vergine di oliva
- un rametto di rosmarino
- un cucchiaino di paprika spagnola non piccante
- sale q.b..

Preparazione

Per preparare il brodo mettere, in una pentola di acqua, le carcasse di pollo, la carota, il sedano, il sale e portare a ebollizione, cuocendo per circa un’ora (30 minuti in pentola a pressione), finché il brodo si sarà ridotto di 250 cc. Filtrare il brodo e conservare solo il liquido.

Tagliare la carne in piccoli pezzi e farla scottare, a fuoco alto, in una padella con due cucchiai di olio EVO, rigirandola fino a farla diventare dorata. A questo punto togliere la carne dalla padella e metterla da parte.

Nella stessa padella, cuocere il passato di pomodoro con poco olio e sale, fino a farlo ridurre della metà; aggiungere le taccole precedentemente cotte al vapore per 5 minuti, lo zafferano, la paprika e i fagioli cannellini. Se si usano i fagioli secchi si devono prima mettere a bagno in acqua fredda per almeno 8 ore, poi risciacquarli e cuocerli per 2 ore in abbondante acqua salata con una costa di sedano e una carota. In alternativa, si possono usare i fagioli in barattolo precotti.

Prendere il brodo filtrato, versarlo tutto nella padella in cui ci sono le taccole, i fagioli e la salsa di pomodoro, poi aggiungere il **riso “bomba”**, prodotto nelle zone di Valencia, Terragona e Calasparra che è il più adatto per la preparazione della **“paella valenciana”**. Tale varietà di riso, tiene meglio la cottura e assorbe la quantità di brodo ottimale per trattenere meglio i sapori. In alternativa si può usare il riso parboiled, Carnaroli oppure Arborio.

A questo punto mescolare il tutto con un cucchiaino di legno, aggiungere sale q.b., il rosmarino e la carne precedentemente scottata. Cuocere a fuoco vivace per 8 minuti, poi a fuoco lento per altri 8 minuti e, infine, a fuoco vivace per ulteriori 3-4 minuti, finché si forma la caratteristica “crosticina” sulla superficie della paella, che dovrà quindi risultare asciutta.

Il consiglio dello chef Miguel

Per fare in modo che il riso incorpori tutto il brodo è consigliabile usare la tipica “paellera”, la padella appositata per questa ricetta in quanto c’è una proporzione tra i grammi di riso e la quantità di brodo da far assorbire; due viti sotto il manico, indicano il livello ottimale di brodo da usare. In alternativa si può usare una padella del diametro di 34 cm, con il bordo alto.

© Articolo di Maria Elisa Stefanelli

Data di creazione

29/01/2017

Autore

redazione