



ARRÒS AMB CONILL I CARAGOLS

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 280 g de arròs
- 300 g de conill
- 24 unitats de caragols
- 250 g de tomaca fregida
- 40 g de oli d'oliva
- 7 g de safrà (colorant alimentari)
- sal

LA PREPARACIÓ

- Netegeu els caragols, posant-los en una olla amb aigua freda i sal.
- Remeneu-ho i canvieu l'aigua diverses vegades fins que quede neta.
- Sofregiu el conill en una cassola amb oli ben calent. Quan estiga daurat, afegiu-hi la tomaca, saleu-ho i remeneu-ho.
- Cobriu-ho amb aigua i deixeu-ho al foc uns 45 minuts.
- Afegiu-hi l'arròs, el safrà i els caragols. Deixeu-ho a foc fort uns 20 minuts.



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 31.7 g	Grases 17.4 g
Kcal 460	Proteïnes 13.1 g