

De origen humilde, este plato que antaño cocinaban los pescadores, ha conseguido posicionarse como plato estrella de la gastronomía de la costa murciana.

En los restaurantes hay distintas formas de presentar el caldero según la población del litoral murciano donde nos encontremos, unos lo hacen con pescado, normalmente mújol, gallina, gallineta o dorada, en otros lugares se saca el pescado en una fuente aparte y también los hay quienes no sacan ninguna rodaja de pescado a la mesa, pero lo que si tienen todos en común es que el resultado es espectacular y es que no puede ser de otra manera: el perfume lo pone el azafrán, la intensidad, la ñora, el sabor, el pescado fresco, y la excelencia, el buen hacer de las manos que elaboran este tradicional plato mariner.



Caldero del Mar Menor

INGREDIENTES:

- | | | |
|---|---|------------------------------|
| -400 g. de arroz | -2 kg de diferentes tipos de pescado (Morralla, Gallina, Mújol, Gallineta o Dorada) | -4 ñoras |
| -200 cl de aceite de oliva | -400 g de tomate maduro, | -6 ramas pequeñas de perejil |
| -200 g de del langostino del Mar Menor o, en su defecto, de quisquilla fresca | -6 dientes de ajo | -sal, azafrán y pimienta. |

ELABORACIÓN:

Limpian el pescado, separan las cabezas y limpianlas. Pelan los dientes de ajo y abren las ñoras para suprimir el pedúnculo y las semillas.

Ponen al fuego, con la mitad de aceite, un caldero y cuando esté bien caliente, freímos las ñoras. Una vez fritas, las sacamos y echamos las cabezas de pescado. Cuando estén fritas las apartamos en un plato y ponemos a freír el tomate pelado y picado durante unos cinco minutos, después agregamos unos dos litros de agua.

En un mortero picamos las ñoras fritas y una cabeza de ajos crudos y lo incorporamos al caldero, dejándolas cocer durante cinco minutos. En ese caldo se cuece el pescado, cortado en rodajas gruesas y sazonado con sal, añadiendo un poco de azafrán y pimienta. Una vez cocido, sacamos el pescado y lo colocamos en una fuente.

Sacamos una taza de este caldo y en el restante agregamos el arroz dejándolo cocer veinte minutos a fuego lento. Ponen los langostinos y las quisquillas por encima unos minutos antes de terminar la cocción.

Para hacer el ajo-aceite (alioli) que acompaña al plato de arroz hay que machacar en un mortero unas cabezas de ajo, incorporar la yema de huevo y batir bien hasta conseguir una crema, continuar batiendo y echar enseguida el aceite restante, gota a gota, hasta lograr como una mayonesa, en la que se vierten unas gotas de limón, para que coja consistencia.

Para elaborar la salsa del segundo plato, el del pescado que habíamos apartado en una fuente, machacar en el mortero una cabeza de ajos, mezclarla con una taza del caldo en el que cocimos el pescado y rociar éste en el momento de servirlo. Lo que hace especial a este arroz son sus ingredientes y especialmente su punto de cocción, ya que el arroz debe quedar ligeramente caldoso y el borde de los granos no tan entero como en la paella.

Ahora de comer, servir primero el pescado y luego, el arroz en otro plato. Lo solemos acompañar de alioli, ¡qué aproveche!



La ñora es una variedad de pimienta de bola secado al sol y que una vez frito deja un sabor muy característico, pero cuidado porque si la freímos mucho o incorporamos demasiada cantidad a nuestro caldero puede dejar un leve gusto amargo.

La receta del arroz caldero tiene sus orígenes en el siglo XIX, cuando empezaron a prepararlo los pescadores del Mar Menor, que cocinaban en calderos los pescados que no resultaban rentables en el mercado, así aprovechaban pescados muy sabrosos pero muy espinados y que no tenían venta.

