

# Paella de pollo y conejo (la clásica)

---

## Ingredientes (para 4 personas)

- ¼ de conejo y medio pollo
- 4 ó 5 hígados de más (opcional)
- 100 gr de arroz por persona
- 200 gr de garrofón
- 200 gr de bajoqueta (o rochet)
- 1 tomate mediano rallado
- aceite de oliva y sal
- colorante y/o azafrán
- pimentón dulce
- dos ramitas de romero
- agua (triple volumen que de arroz)



**OPCIONAL:** (un par de alcachofas, algunas albóndigas de carne, según variantes)

Existen tantas variantes de la paella como municipios. Hacia la zona del Sur de la provincia de Valencia y la provincia de Alicante se añade pimiento, en la zona de la Albufera de Valencia se usa la carne de pato, en otras se añaden caracoles, etc. En algunos lugares (por ejemplo en la comarca de Safor) además del pollo y conejo se ponen albóndigas de carne, muy apreciadas por los niños que suelen apartar el resto de la carne.

En temporada de alcachofas, se pueden añadir unas cuantas troceadas, una vieja costumbre del pasado cuando solo se consumían verduras de temporada, la alcachofa era un sustituto de la bajoqueta.

## Preparación

Lo primero será ir troceando la carne en pedazos medianos que iremos salando y reservando. Podemos separar los hígados para prepararlos aparte, para tomarlos como aperitivo, o dejarlos en la paella, pero no los mezclamos con el resto de la carne porque los hígados estarán fritos antes que el resto.

Rallamos el tomate, troceamos la bajoqueta (si está entera le quitamos las puntas). Si el garrofó estuviera enteros (en sus vainas) los pelamos. Lavamos toda esa verdura y la reservamos.

Si vamos a poner alcachofas, se pelan y se quitan las hojas exteriores, las troceamos y las lavamos en agua. Si va a pasar un rato hasta que las usemos, las dejamos en agua con limón para que no ennegrezcan.

Antes de encender el fuego y comenzar nos aseguraremos de tener a mano todos los ingredientes y los utensilios necesarios. Un buen cocinero nunca deja la paella sola.

Respecto al fuego, se trate de leña o gas, necesitaremos distintas llamas. Un fuego moderado al principio para sofreír, más intenso después para hervir el caldo, y más atenuado al final, para controlar el punto correcto de cocción.

Poner un buen chorro de aceite en el centro de la paella. Espolvorear sal por toda ella, para evitar que el recipiente se queme y que el aceite salpique. Encendemos un fuego moderado y, cuando el aceite esté caliente, añadimos el pollo. Cuando comience a dorarse, se añade el conejo, que necesita algo menos de tiempo, las albóndigas de carne (si se usan) y los hígados (que se retiran en cuanto estén y sirven de aperitivo o se añaden nuevamente más tarde).

También es el momento de añadir las alcachofas, si las vamos a usar. Las sofreímos un poco en el centro de la paella y después las retiramos. Cuando ya tenemos la carne bien mezclada y sofrita, la apartamos hacia los bordes de la paella y ponemos en el centro la bajoqueta y el garrofón, dándole durante unos minutos para que queden bien sofritos. Removemos la verdura para que se mezcle con la carne y apartamos todo a los lados para dejar libre el centro. Entonces, ponemos allí el tomate rallado para sofreírlo también. Añadimos el pimentón y lo tenemos un minuto más, mezclando bien los ingredientes.

Ahora es cuando vamos a añadir el agua. **La cantidad de agua necesaria para la cocción será el triple de volumen de agua que de arroz.** Por cada vaso de arroz, tres de agua. Se puede calcular la cantidad y ponerla ya en la paella, **reteniendo el nivel del agua en ese momento**, pues es el nivel al que habrá que esperar para añadir el arroz. Con la referencia ya tomada, seguimos vertiendo agua hasta llegar casi al borde de la paella.

Ponemos fuego intenso para que hierva bien y de manera uniforme. Añadimos sal y el colorante. La cocción llevará varios minutos, en los que el caldo irá tomando consistencia y sabor. A medida que pasen los minutos, el nivel del caldo irá bajando. Se puede aprovechar ese momento para extraer y reservar un poco de caldo, por si luego nos faltara. Ir probando el caldo para rectificar de sal. Cuando el nivel del caldo se esté acercando al nivel de referencia que tuvimos antes podemos añadir ya las alcachofas y los hígados.

Cuando se alcance el nivel de referencia, se añade el arroz. Con la paleta, repartiremos uniformemente el arroz, la verdura y la carne en la paella y procuraremos que no queden granos de arroz sobre la carne o la verdura sin estar sumergidos en el caldo.

La cocción del arroz precisa de unos 18 minutos para estar en su punto. La primera mitad de ese tiempo el fuego será fuerte y, la segunda, será más moderado. Se prueba el caldo que debe estar sabroso. Si se nota algo subido de sal no es problema grave ya que el arroz absorberá parte de la sal.

En esta atapa de cocción, podemos controlar el nivel de caldo. Si falta caldo, podemos añadir del que separamos antes o, si no reservamos, añadir agua. Si creemos que sobra caldo, subimos el fuego para que evapore más rápido. Más vale una paella algo caldosa o melosa con el arroz en su punto cocción, que una seca pero con el arroz duro.

A mitad de cocción, cuando bajamos el fuego, ponemos las ramitas de romero sobre el arroz. Al bajar el fuego evitamos que el almidón que ha ido soltando el arroz durante la cocción y que espesado el caldo, se queme y se agarre al fondo de la paella.

Cuando ya esté, retiramos la paella del fuego y la dejamos reposar el tiempo justo de poner la mesa (mejor si se tapa con papel de periódico), así el arroz finaliza su cocción y se absorbe el caldo que aún pueda quedar.