

# El Arroz Caldero

Ruralmur

ruralmur@regmurcia.com

<https://ruralmur.com/articulo/445/el-arroz-caldero>

Dirección: [Región de Murcia](#)



El Arroz Caldero es un plato típicamente marinero y fuertemente arraigado en la cocina de la comarca del Mar Menor.

Los orígenes de la receta del arroz caldero se remontan al siglo XIX, cuando empezaron a prepararlo los pescadores del Mar Menor, que cocinaban en calderos los pescados que no resultaban rentables en el mercado.

Ingredientes para cuatro comensales

400 g. de arroz 200 cl de aceite de oliva 200 g de del langostino del Mar Menor o, en su defecto, de quisquilla fresca. 400 g de tomate maduro 6 dientes de ajo 4 &tilde;oras 6 ramas peque&ntilde;as de perejil 2 kg de diferentes tipos de pescado (Morralla, Gallina, M&uacute;jol, Gallineta o Dorada) Sal, azafra&acuten y pimienta.

Ingredientes Salsa Alioli

4 dientes de ajo 150 ml de aceite de oliva Medio lim&ocuten y sal

Modo de elaboraci&ocuten

Paso 1: Limpiar el pescado, separar las cabezas y limpiarlas. Pelar los dientes de ajo y abrir las &tilde;oras para suprimir el ped&uacutenulo y las semillas.

Paso 2: Poner al fuego, con la mitad de aceite, un caldero y cuando est&eacute; bien caliente, fre&iacute; las &tilde;oras. Una vez fritas, sacarlas y echar las cabezas de pescado. Cuando est&eacute;n fritas las cabezas, apartarlas y poner a fre&iacute; el tomate pelado y picado durante unos cinco minutos, despu&eacute;s agregar dos litros de agua.

[El Arroz Caldero](#)

[Ruralmur](#)  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y5eww3ye>

[El Arroz Caldero](#)

[Ruralmur](#)  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y5eww3ye>

[El Arroz Caldero](#)

[Ruralmur](#)  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y5eww3ye>

[El Arroz Caldero](#)

[Ruralmur](#)  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y5eww3ye>

[El Arroz Caldero](#)

[Ruralmur](#)  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y5eww3ye>

[El Arroz Caldero](#)

[Ruralmur](#)  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y5eww3ye>

[El Arroz Caldero](#)

[Ruralmur](#)  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y5eww3ye>

[El Arroz Caldero](#)

[Ruralmur](#)  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y5eww3ye>

[El Arroz Caldero](#)

[Ruralmur](#)  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y5eww3ye>

[El Arroz Caldero](#)

[Ruralmur](#)  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y5eww3ye>