Paella

Zutaten für 2 große Portionen, siehe Bild

Hinweis:
Es gibt keine festen Regeln für Paella, ein absolutes Muss ist immer Reis, vorzugsweise Risottoreis/Caranaroli oder ähnlich oder spezieller Paella Reis, Olivenöl und Safran.

In unserem Rezept haben wir bewusst auf Muscheln verzichtet, aber das ist einfach Geschmackssache, natürlich geht auch Kaninchenfleisch, festfleischiger Fisch wie Lotte (Seeteufel), Steinbeisser, Rotbarsch, Pulpo, Calamares…
Ansonsten lassen sich die Zutaten beliebig variieren, was gibt denn der Kühlschrank noch so an Resten her?

Unsere Zutaten:

1 Strauchtomate oder eine kleine Handvoll Cocktailtomaten
0,2 g Safranfäden
etwas Chorizo, Schinken, Mettwurst, o.ä.
1 Zwiebel, in feine Würfel geschnitten
2 Knoblauchzehen, noch feiner geschnitten, gehackt oder durchgedrückt
1 rote Paprika
kleine Handvoll grüne Bohnen, wenn vorhanden, ein paar (TK) Erbsen
3 El Olivenöl
ca. 250 g Reis (s. o.)
4 Riesengarnelen, roh, geschält bis auf das Schwanzende und entdarmt,
Meersalz, Pfeffer,
250 g Pollo Fino (4 Stück) oder Hähnchenbrustfilet, - Unterschenkel, nach Belieben –
Achtung: Brust wird gern trocken. Lieber 2-3 Schlegel in portionsgerechte Stücke schneiden
1 Biozitrone, in Spalten geschnitten

Brühe: Die doppelte Volumen- Menge vom Reis (Gemüse, Rind, Geflügel, Kalb, vorzugsweise selbst gemacht oder hochwertiges Fertigprodukt, zur Not Instantbrühe).

Zubereitung:

Die Tomaten nach Belieben häuten, entkernen und klein würfeln. (Cocktailtomaten nur kleinschneiden). Safran mit 2 El kochendem Wasser oder Brühe übergießen. Die Wurst oder Schinken in kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch fein würfeln. Paprika putzen und 1 cm groß würfeln. Bohnen in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Eine ofenfeste Pfanne oder Raine erhitzen und die Wurst/Schinken darin 2 Minuten anbraten. Zwiebel und Paprika darin 5 Minuten dünsten. Knoblauch, Tomaten zugeben, den Reis einrühren, Fond und Safran mit Einweichwasser zugeben. Alles verrühren.
Die Hähnchenteile auf der Hautseite separat braun anbraten, pfeffern, salzen und mit der Haut nach oben auf den Reis legen. 15 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen und die Konsistenz des Reises

überprüfen. Im Endergebnis sollte er weich sein und im Inneren noch ein klein wenig Biss haben. Nach 15 Minuten in den auf 180 Grad Ober-Unterhitze vorgeheizten Backofen geben und weitere 5 Minuten garen - immer wieder den Reis prüfen, ggf. etwas Flüssigkeit nachgießen. Ofen ausschalten und den Rest Flüssigkeit aufsaugen lassen. In der Wartezeit die Garnelen in einer Pfanne anbraten, pfeffern, salzen und vor dem Servieren auf die Paella legen. Mit Zitronenschnitzen servieren.

wünscht guten Appetit!