

Paella

Für zwei Personen

4 große Riesen-Garnelen	125 g kleine Garnelen	125 g kleine Krabben
250 g Hähnchenbrustfilet	150 g spanischer Rundkornreis	1 rote Paprikaschote
3 große Rispentomaten	1 Zwiebel	1 Zitrone
1 Knoblauchzehe	1 EL Tomatenmark	50 g Erbsen, (TK)
500 ml Fischfond	1/2 TL Kurkuma	10 Safranfäden
3 EL Olivenöl	1 TL Salz	Pfeffer

Die Garnelen und Krabben waschen, trocken tupfen und beiseite stellen. Das Hähnchenbrustfilet ebenfalls waschen und trocken tupfen und danach in kleine Stücke schneiden. Die Knoblauchzehen abziehen und in feine Würfel schneiden. Die Paprika halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und in Streifen schneiden. Die Tomaten klein schneiden. Die Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Hähnchenfleisch darin anbraten. Das Fleisch anschließend wieder aus der Pfanne nehmen und das Gemüse darin scharf anbraten. Dann den Reis kurz darin anschwitzen, zwei Drittel des Fonds zufügen und den Knoblauch, das Tomatenmark, die Erbsen sowie die Gewürze einrühren. Alles circa 15 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Die kleinen Garnelen, die kleinen Krabben sowie die Hähnchenbruststücke untermischen. Die großen Garnelen oben drauf setzen und weitere fünf Minuten leicht köcheln lassen. Die Paella mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zitrone in Scheiben schneiden. Die Paella auf einem Teller anrichten und mit den Zitronenscheiben garnieren.

Stefan Nicodemus am 22. Oktober 2014