

Paella IV

Für 3 Personen:

12 m.-große Garnelen	20 Miesmuscheln	125 ml Wein
1 rote Zwiebel	125 ml Olivenöl	1 Hähnchenbrustfilet,
100 g Calmaris	100 g Fischfilet	1 kleine Zwiebel
50 g Speck	5 Knoblauchzehen	1 Paprikaschote, rote
1 Tomate	100 g Wurst, Chorizo	Cayennepfeffer
200 g Langkornreis	Safranfäden	500 ml Geflügelfond
80 g Erbsen, TK	2 EL Petersilie	Salz, Pfeffer

Garnelen schälen und entdarmen.

Muscheln mit einer Bürste abschrubben und Bärte herausziehen. Beschädigte Muscheln oder offene, die sich nach leichten Klopfen nicht schließen, wegwerfen.

Zwiebel fein hacken.

Wein und Zwiebeln in einem großen Topf erhitzen. Muscheln zugeben und abgedeckt bei hoher Hitze 4-5 Min. kochen. Alle ungeöffneten wegwerfen. Die Flüssigkeit aufbewahren.

Die Hälfte des Öls in einer Pfanne erhitzen. Die in Würfel geschnittene Hähnchenbrust trocken tupfen und 5 Min. braten, bis sie goldbraun ist. Aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Garnelen, Kalmarringe und Fisch in die Pfanne legen und 1 Min. braten. Herausnehmen. Restliches Öl in der Pfanne erhitzen, zusätzlich Zwiebel, Speck, Knoblauch und Paprika hineingeben und 5 Min. braten, bis die Zwiebel weich ist. Gewürfelte Tomaten, in dünne Scheiben geschnittene Wurst und Cayenne zufügen. Nach Geschmack würzen. Die zurückgestellte Kochflüssigkeit unterrühren, den Reis zugeben und alles gut vermischen. Safranfäden mit 125 ml Fond vermischen, zum Reis geben und gut verrühren. Bei schwacher Hitze ohne Deckel 5 Min. köcheln lassen, ohne umzurühren. Erbsen, Hähnchen, Garnelen, Kalmarringe und Fisch auf den Reis legen. Mit einem Holzlöffel vorsichtig in den Reis drücken, zugedeckt bei schwacher Hitze 10-15 Min. garen, bis der Reis zart und die Meeresfrüchte gar sind. Wenn der Reis noch nicht gar ist, noch etwas Fond zugießen und für einige Min. weiterköcheln lassen. In tiefen Tellern servieren, Muscheln darauf legen und mit Petersilie bestreuen.

NN