

Einfache Paella

mit Hühnerbrust und Garnelen...



Vor-und Zubereitungszeit ca. 15 Minuten und Garzeit ca. 30 Minuten. Das Rezept ist hier für 4 Personen beschrieben, bei großem Appetit oder Hunger reicht es für 3 Personen.

Zutaten:

- 3 Hühner-/Hähnchenbrustfilets ohne Haut
- 150 g geschälte, geröstete rote Paprikaschoten aus dem Glas
- 150 g geschälte Garnelen
- 3/4 l Hühnerfond oder Gemüsefond (oder Brühe)
- 300 g Rundkornreis (z.B. Risotto- oder Paellareis)
- 70-80 g Erbsen, Tiefkühlware, aufgetaut
- 2 Knoblauchzehen, sehr fein geschnitten oder gerieben
- 1 Zwiebel
- 12 Safranfäden
- mildes Chilisalز
- 3 EL Olivenöl

Außerdem:

1 Stück Backpapier rund zuschneiden auf den Durchmesser der Pfanne, ca. 28 cm, dann zu einem 1/4 Kissegment zusammenfalten. Die Spitze etwa 1 cm abschneiden. Das Backpapier wieder zum Kreis auseinanderfalten und beiseite legen.

Zubereitung:

1. Den Fond in einem kleinen Topf erhitzen, den Safran hineingeben und mit Chilisalز kräftig würzen. Anschließend beiseite stellen.
2. Zwiebel fein würfeln, Paprika abtropfen lassen und in Stücke von ca. 1 cm schneiden.
3. Fleisch waschen, trocken tupfen und quer in ungefähr 1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Die Garnelen waschen und trocken tupfen.
4. Eine Pfanne (Ø 28cm) auf mittlere Temperatur erhitzen, etwas Öl darin verstreichen, Zwiebel und Knoblauch leicht andünsten.
5. Reis hinzufügen und unter Rühren erhitzen, ggf. etwas mehr Öl hinzugeben.
6. Die Safranbrühe mit Paprika, Erbsen, Garnelen und Fleisch dazugeben, alles mit dem zugeschnittenen Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt 25 bis 30 Minuten garen.
7. Nicht mehr umrühren!!
8. Vor dem Servieren die Paella mit etwas Olivenöl beträufeln und auf Tellern anrichten.

Guten Appetit!