

Paella

Zutaten :

- 250 g Paella-Reis
- 1 Schalotte
- 350 ml Weißwein
- 1 Liter Fisch- oder Geflügelbrühe
- 2 Paprikaschoten (rot)
- 100 g TK-Erbesen
- 1 Prise Safran
- 4 Hähnchenteile mit Haut
- 1 Zwiebel
- 1 getrocknetes Lorbeerblatt
- 2 Gewürznelken
- Muscheln nach Belieben
- rohe Crevetten
- 400 g Fischfilet
- evtl. Tintenfisch
- 4 - 8 Jakobsmuscheln

Salz, Piment d'Espelette, Olivenöl; evtl. 1 Zitrone

Zubereitung

Zwiebel schälen, halbieren und eine Hälfte würfeln oder in Ringe schneiden. Auf die andere Hälfte mit Hilfe der Gewürznelken das Lorbeerblatt spicken

Zwiebelringe in Olivenöl in einem großen Topf andünsten und sobald sie glasig sind, die gespickte Hälfte begeben und mit 250 ml Weißwein und eventuell ca. der gleichen Menge Wasser aufgießen.

Zum Kochen bringen und die gewaschenen Muscheln zugeben. Deckel drauf und ca. 3 – 4 Minuten kochen lassen, bis sich die Muscheln geöffnet haben

Schalotte schälen und fein würfeln.

Schalotten im Wok mit Olivenöl anschwitzen und sobald sie glasig sind, den Reis zugeben. Zusammen eine Minute bei gelegentlichem Umrühren weiterbraten lassen.

Wein angießen, verdunsten lassen und mit dem (durch ein Sieb gefilterten) Muschelsud auffüllen, Deckel drauf und köcheln lassen.

Die Muscheln während des Paellakochens in dem noch warmen Topf vom Muschelkochen (mit Deckel) lassen, damit sie nicht komplett kalt werden.

Nachdem der Reis ca. 1 Minute im Muschelsud geköchelt hat, mit heißer Brühe auffüllen, Safran einrühren und weiterköcheln lassen. Immer wieder mal überprüfen, ob der Reis noch genug Brühe hat und eventuell am Wok anhaftenden Reis mit einem Schaber ablösen.

Der Reis braucht ca. 20 Minuten Garzeit. Ist der Reis am Schluss gar, aber noch nicht alle Zutaten fertig gebraten, dann einfach Deckel drauf und beiseite stellen.

Ist hingegen alles fertig und der Reis noch nicht gar, dann eben die Zutaten mit Alufolie abdecken und so warmhalten, bis der Reis gar ist.

Die Paprika entkernen und das Fruchtfleisch in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

In Olivenöl anbraten, bis sie erste Röstspuren aufweisen.

Zum Reis in den Wok geben und unterrühren.

Die Hühnchenteile mit Salz und Piment d'Espelette würzen und – entweder mit oder ohne Knochen – auf der Hautseite in Olivenöl sanft braten, bis sie knusprig und goldbraun sind.

Wenden und auf der Fleischseite fertig garen.

Beiseite stellen.

Während des Hühnchenbratens die Erbsen in den Reis geben und mitköcheln. Tiefkühlerbsen brauchen lediglich zehn Minuten, frische Erbsen je nach Jahreszeit länger.

Fischfilet in mundgerechte Würfel schneiden und fünf Minuten vor Ende der Garzeit in den Reis und die Brühe geben, damit er sanft durchzieht ohne auszutrocknen.

Verwendet man kleine Rotbarbenfilets, legt man diese oben auf den Reis, damit sie nicht durch umrühren kaputtgehen. Da sie sehr dünn sind, garen sie auch wenn sie nur oben aufliegen.

Verwenden Sie Tintenfisch, braten Sie die Ringe (bei größeren Exemplaren) bzw. den ganzen Körper (bei kleinen Exemplaren) portionsweise in sehr heißem Olivenöl an (kommt zuviel in die Pfanne, tritt der Saft aus und sie mutieren zu Gummi).

Während des Bratens kann man mit etwas Salz und Piment d'Espelette würzen.

Sobald sie Röstspuren aufweisen, beiseite stellen.

Crevetten:

Besser als einfach gekochte Crevetten in der Paella aufzuwärmen, sind rohe Crevetten, welche man in heißem Olivenöl brät.

Entweder (besonders bei kleinen Exemplaren): schälen, Darm entfernen, dickes Ende einschneiden und dann braten. Eventuell am Schluss noch kurz mit Cognac flambieren.

Oder (besonders bei großen Exemplaren): in der Schale lassen, am Rücken einschneiden und Darm entfernen und dann in heißem Olivenöl braten (Flambieren wäre wegen der Schale nutzlos)

Wenn der Reis gar ist, Muscheln darüber geben, Hähnchenteile rundherum legen, Crevetten und evtl. Tintenfisch dazugeben

Verwenden Sie auch Jakobsmuscheln, so werden diese erst jetzt, ganz zum Schluss in heißem Olivenöl eine gute Minute pro Seite goldbraun angebraten, dann ebenfalls auf die Paella gelegt und gleich servieren.

www.robert-de-paca.com