

Geflügel Rezepte

Paella Mit Geflügel Und Meeresfrüchten

Anzahl: 6 Portionen

Gattung: Reisgerichte, Geflügel, Fisch, Gemüse

1	Hähnchen -ca. 800g	8	Knoblauchzehen
6	Essl. Olivenöl	150 g	Erbsen
300 g	Tintenfischringe		-TK-Ware
300 g	Garnelen		Salz
300 g	Miesmuscheln		Pfeffer
400 g	Reis	1 Dose	Safranfäden
1	Zwiebel	500 ml	Hühnerbrühe
1	Rote Paprikaschote		Salz
1	Grüne Paprikaschote		Pfeffer a.d.Mühle
		2	Zitronen

Ausserdem

Schwarze Oliven

1. Das Hähnchen in 6 bis 8 Teile zerlegen. Die Hälfte des Olivenöls in einer Paellapfanne (28cm Durchmesser) erhitzen und die Hähnchenteile ca. 15 Minuten darin braten, dann aus der Pfanne nehmen.
2. Die geputzten Meeresfrüchte in reichlich kochendem Salzwasser 4 Minuten blanchieren, herausnehmen. Den Reis in einem Haarsieb waschen und in Salzwasser 10 Minuten kochen, abgießen.
3. Die Zwiebel schälen, die Paprikaschoten waschen und putzen. Beides klein schneiden und in der zweiten Hälfte des Olivenöls anbraten. Knapp die Hälfte des Knoblauchs schälen, durchpressen und zugeben.
4. Hähnchenteile, die restlichen ungeschälten Knoblauchzehen, Erbsen, Tintenfischringe und Garnelen zugeben und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Den Reis untermischen, die Miesmuscheln darauf verteilen.
5. Die Brühe erhitzen, den Safran darin auflösen und die Pfanne damit bis zum Rand auffüllen. Zum Kochen bringen und zugedeckt bei geringer Wärmezufuhr 10 Minuten kochen. Bei Bedarf etwas Brühe nachgießen.
6. Zitronen waschen, vierteln. Die Paella mit den Zitronenvierteln und Oliven garniert servieren.