

Fischrezepte

Arroz Negre Amb All I Oli - Schwarzer Reis Mit Alioli

Anzahl: 6 Portionen - Gattung: Meeresfrüchte, Reis, Spanien

1	kg	kleine Tintenfische (mit Tintenbeuteln)	1	Teel. Salz
6	Essl.	Olivenöl		Cayennepfeffer
1		Zwiebel, gehackt	50	ml trockener Sherry
2		Paprikaschoten, rot und grün, gehackt		gekochte Garnelen und - Muscheln
1/4	kg	Tomaten aus der Dose, ohne Saft		Für die Sauce:
400	g	Reis (Rundkorn, Avorio)	3	Knoblauchzehen
1	Liter	Wasser	100	ml Olivenöl
			1/2	Teel. Salz

Die Tintenfische putzen, die Tintensäcke für später beiseite legen. Wenn die Tintenfische sehr klein sind, ganz lassen, andernfalls in Stücke schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen und gehackte Zwiebel und Paprikaschoten andünsten. Die Tintenfische zugeben und ein paar Minuten mitdünsten. Dann die in kleine Stücke geschnittenen Tomaten zugeben. Nach einigen Minuten 100 ml Wasser zugeben und ca. 20 Minuten reduzieren. Dann den Reis und ca. 3/4 l Wasser hinzufügen. mit Salz und einer Prise Cayennepfeffer würzen. Den Reis auf kleiner Flamme ziehen lassen. In einer kleinen Schüssel die Tintensäcke mit dem Sherry zerdrücken. Diese schwarze Brühe dann in den Reis rühren und weiterkochen, bis der Reis gar ist.

Vor dem Servieren einige Minuten ruhen lassen. mit den gekochten Garnelen und Muscheln dekorieren. Etwas von der Sauce darüber geben und den Rest separat servieren. Für die Sauce den Knoblauch und das Salz mit dem Rührstab pürieren (oder im Mörser). Das Öl tropfenweise zugeben (wie für Mayonnaise).