



(Hingeschummelte) Paella

Zutaten für 7-8 Personen:

Was brauche ich:

1 Aubergine

2 Zucchini

2 gelbe oder rote Paprika

4 Tomaten

2 Zwiebeln

Olivenöl

2 Orangen

800 gr. Hühnerbrust

1000 gr. Garnelen (tiefgefroren oder frisch, egal)

(Man kann das Ganze auch mit Kaninchen anstatt Huhn machen oder mit Schwein. Man kann anstelle oder zusätzlich zu den Garnelen Muscheln verwenden (macht sich optisch immer sehr gut). Man kann festes Fischfleisch verwenden und/oder nur Meeresfrüchte mixen oder nur Fleisch – oder oder oder)

Gewürze:

Salz

Pfeffer aus der Mühle

Safran (Pscht – nix verraten – aber in Spanien gibt es fertige Paella Gewürzmischungen, die sich hier hervorragend eignen – da ist auch schon Safran mit drin)

Rosmarin (kann auch getrocknet sein)

Oregano (kann auch getrocknet sein)

1 Bund Petersilie

Ans Werk....

Eine Flasche gut gekühlten Weißwein aufmachen und dem Koch und seinen Helfern jeweils ein Glas einschenken!

1 Topf mit Wasser aufsetzen

Auberginen, Zucchini, Paprika in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

Den Knoblauch fein hacken und die Zwiebeln in kleine Stücke schneiden.

Öl in der Pfanne erhitzen, Auberginen hinzugeben und mit Rosmarin bestreuen und schön braun braten – nicht komplett garen.

Kurz bevor sie rauskommen, einen Teil des Knoblauchs dazu, kurz schwenken und in einen Topf geben.

Jetzt die Zucchini anbraten und mit Oregano bestreuen.

Auch die nicht ganz fertig garen und in den Topf zu den Auberginen geben.

Dann mit Paprika genauso verfahren.

In der Zwischenzeit kocht das Reiswasser, Salz hinzugeben und den Reis.

Den Reis nur ca. 75% garen, der Rest erfolgt danach in der Pfanne.

Jetzt die Garnelen aus der Schale pulen und entdarmen (falls notwendig), Olivenöl in der Pfanne erhitzen und Garnelen kurz anschmoren, bisschen Knoblauch dazu.

Das Huhn in ca. 2 x 2 cm große Würfel schneiden und ebenfalls in der Pfanne anbraten, nicht zu trocken braten, auch die kommen noch in die Paella Pfanne.

Garnelen und Huhn zu dem Gemüse in den Topf geben und mit Salz, Pfeffer, Safran (und der Gewürzmischung) gut durchmischen und abschmecken.

Wenn der Reis soweit ist, Wasser abgießen und Reis beiseitestellen.

Petersilie fein hacken und Orangen in Scheiben schneiden.

Tomaten in kleine Stücke schneiden.

Die große Paella Pfanne auf den Herd, Olivenöl rein. Ca. die Hälfte von dem Reis in die Pfanne geben (je nach Paella Pfannen Größe) und Teile der Gemüse-Garnelen-Huhn-Mischung dazu geben und unterheben. Das Ganze immer mal wieder wenden. Kurz bevor die Paella fertig ist, einen Teil der Petersilie und Tomaten untermischen.

Wenn die Paella fertig ist, mit Petersilie bestreuen, mit den Orangenscheiben garnieren und servieren. Das Ganze wird nicht reichen, um 7-8 Leute satt zu kriegen, deswegen haben wir nochmal die gleiche Portion in petto.

Guten Appetit

Euer Jörg

