

Das Rezept zum Auftritt - für Sie zum Mitnehmen!

Kochbühne

Der kleine Spanier Herr José Luis Bejar Seguido

Paella

Am Vortag vorbereiten:

1,5 l Hühnerbrühe oder Fischfond

Sie benötigen:

100 g	Hähnchenbrustfilet
1	rote Paprika
1	grüne Paprika
1 kleine	Zwiebel
ca. 80 g	Meeresfrüchte
ca. 40 g	grüne Bohnen
ca. 40 ml	zerkleinerte Tomaten
300 g	Reisbomba
Salz, Pfeffer, Safran, Olivenöl	

Brühe vorkochen:

Hähnchenklein (mit Knochen) scharf anbraten. Zwiebeln, Suppengrün und Wurzelgemüse dazugeben und braten, mit Wasser ablöschen und stark reduzieren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Vorbereitung Paella:

Hähnchen in gleichmäßige Würfel zerteilen, Paprika, Zwiebeln, Bohnen in Streifen schneiden, Tomaten klein würfeln.

Zubereitung Paella:

Pfannen aufsetzen, mit ausreichend Olivenöl erhitzen

Hähnchen hinzugeben und scharf anbraten

Zwiebel hinzugeben und ebenfalls anbraten

restliches Gemüse nach und nach hinzugeben und braten

nun dürfen sich die Meeresfrüchte dazugesellen

mit Salz und Pfeffer würzen und etwas Safran hinzugeben

mit der vorbereiteten Brühen aufgießen & zum Köcheln bringen

nun gleichmäßig Reis in der Pfannen verteilen

gelegentlich umrühren und leicht köcheln lassen

Wenn alle Flüssigkeit aufgesogen ist, ist die Paella fertig. Normalerweise ist dieser Zeitpunkt mit der Garzeit der Reises in perfektem Einklang.

Variante:

ca. 5 min vor Fertigstellung frische Riesengarnelen und Muscheln kreisförmig anordnen und ziehen lassen.

Guten Appetit!