



Paella mit Meeresfrüchten

Zubereitung:

Die Knoblauchzehen und die Zwiebeln kleinhacken, die Paprika in Streifen schneiden.

In 700ml Wasser die Gemüsebrühe aufkochen.

3 EL Olivenöl erhitzen, die Zwiebeln und die Hälfte des kleingehackten Knoblauchs glasig dünsten. Den Reis hinzufügen, kurz mit andünsten und mit Safran/Kurkuma und Pfeffer würzen. Mit der Brühe auffüllen, zum Kochen bringen und unter Rühren garen.

In einer separaten Pfanne 3 EL Olivenöl erhitzen. Nun die Meeresfrüchte, die in Streifen geschnittene Paprika, die Erbsen und den restlichen Knoblauch kurz anbraten und zu dem Reis geben. Alles so lange köcheln, bis die Brühe weitestgehend verkocht ist. Mit Paprika, Cayennepfeffer und Salz abschmecken.

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Pck. Meeresfrüchte, ca. 300 - 400 g
- 250 g Paella- oder Risottoreis
- 80 g Erbsen
- 2 m.-große Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Paprikaschote, rot
- 6 EL Olivenöl
- 1/2 TL Safran, alternativ Kurkuma
- 1/2 TL Paprikapulver
- 1 Msp. Cayennepfeffer
- 700 ml Gemüsebrühe
- Salz und Pfeffer

 Gesamtzeit: ca. 55 min

 Heschnetze von chefkoch.de

