

Hauptgericht

Für 4 Personen



Paella según el arte de Bernardo

½ Hähnchenbrust (am besten Kikok)
1 Lachsfilet
4-6 Riesensteingarnelen oder Alternative
1 Gemüsezwiebel
1 Paprikaschote, gelb oder rot
8 Kirsch- oder Cocktailtomaten
150 g TK-Erbsen
200 g Langkorn-Reis
250 ml Gemüsebrühe
150 ml trockener Weißwein
2 EL Tomatenmark, konzentriert
Safran
Salz
Pfeffer, frisch gemahlen
Olivenöl
Garnitur (z.B. Kräuter, Petersilie, Biozitrone oder Limetten)



Zubereitung

1. Hähnchenbrust und Lachs in größere Stücke zerteilen, Garnelen säubern, Karkassen und Darm entfernen. Gemüsezwiebel klein schneiden, Paprika in mundgerechte Stücke schneiden. Knoblauch klein hacken.
2. Öl in einer Pfanne mit hohem Rand erhitzen, Hähnchen anbraten, dann zum Pfannenrandschieben. In der Mitte Zwiebeln und Knoblauch glasig dünsten.
3. Reis hineinstreuen und kurz mit anbraten, Tomatenmark, Paprika und Salz zugeben und kurz mit dünsten, dabei wenden. Mit Brühe und Wein ablöschen, Safran zugeben und alles vermengen, 10 min. abgedeckt köcheln lassen. Die Kirschtomaten halbieren.
4. Erbsen, Fisch und Tomaten hinzugeben und nochmal 10 min. abgedeckt garen. Mit Salz und Pfeffer final abschmecken
5. Mit frischen Kräutern (z.B. Petersilie) und/oder Zitronenschnitzen garnieren und mit einem frischen Salat servieren.

Arbeitszeit ca. 15 min Koch-/Backzeit ca. 30 min Gesamtzeit ca. 45 min
Schwierigkeitsgrad: **mittel**

