

Paella Valenciana

Rezept für vier Personen

„Paella Valenciana“ ist ein traditionelles Reisgericht aus Valencia, das mit Hühnchen, Kaninchen, Meeresfrüchten, grünen Bohnen und Safran zubereitet wird. Der Reis wird in einer großen Pfanne gekocht, bis er die perfekte Konsistenz hat und die Aromen sich gut verbinden.

Zutaten

300 g Hühnchenfleisch (z.B. Hähnchenschenkel oder -brust), in Stücke geschnitten
200 g Kaninchenfleisch (optional), in Stücke geschnitten
200 g Meeresfrüchte (z.B. Garnelen, Muscheln)
250 g Rundkornreis (z.B. Bomba-Reis)
1 große Zwiebel, fein gehackt
1 rote Paprika, in Streifen
2 Tomaten, reif, püriert
100 g grüne Bohnen
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
1 Liter Hühnerbrühe
1 Prise Safranfäden (in warmem Wasser aufgelöst)
50 ml Olivenöl
Salz und Pfeffer nach Geschmack
Zitronenspalten zum Servieren

Zubereiten

Die Hühner- und Kaninchenstücke mit Salz und Pfeffer würzen. Die Brühe erhitzen und den Safran darin auflösen.

Das Olivenöl in einer großen, flachen Paellapfanne (oder einer großen Pfanne) erhitzen. Das Fleisch darin bei mittlerer Hitze anbraten, bis es goldbraun ist. Zwiebel, Knoblauch und Paprika hinzufügen und kurz mitbraten. Den Reis hinzufügen und unter Rühren anbraten, bis er glasig ist. Die pürierten Tomaten dazugeben und alles gut vermengen. Die heiße Brühe mit Safran über den Reis gießen. Grüne Bohnen hinzufügen. Alles zum Kochen bringen, dann die Hitze reduzieren und die Paella ohne Deckel ca. 15 Minuten köcheln lassen, bis der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat und die Körner weich sind. Die Meeresfrüchte in den letzten 5 Minuten auf die Paella legen und mit garen, bis sie gar sind.

Anrichten

Die Paella vom Herd nehmen und einige Minuten ruhen lassen. Mit Zitronenspalten servieren und nach Geschmack noch mit frischer Petersilie garnieren.