

Paella mit Meeresfrüchten

Für 4 Portionen

1/8 l Weißwein

3/4 l Fischfond

1 Lorbeerblatt

5 Pfefferkörner

1 kg Miesmuscheln, geputzt

4 rohe Garnelenschwänze, ungeschält

80 g Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

3-4 EL Olivenöl

250 g kleine Tintenfischringe

400 g Paella Reis

1 g Safranfäden oder -pulver in 1/4 l
Gemüsebrühe aufgelöst

1 TL gemahlene Kurkuma

250 g Tomatenfruchtfleisch, gewürfelt

100 g ausgepaltete Erbsen

Salz, Pfeffer

1 EL gehackte Petersilie



(1) In einem Topf Weißwein, 1/8 l Fischfond oder Wasser, Lorbeerblatt und Pfefferkörner erhitzen, die Muscheln zufügen— offene Exemplare wegwerfen—und 8 Minuten garen. Nach dem Garen noch geschlossene Muscheln aussortieren und wegwerfen. Die restlichen Muscheln in eine Sieb schütten, dabei den Sud auffangen und mit Fischfond auf 1 l auffüllen. 12 Muscheln für die Garnitur in der Schale lassen, die restlichen auslösen

(2) Die Garnelen bis auf das Schwanzsegment schälen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und beides fein würfeln.

(3) Das Öl in einer Paellapfanne erhitzen, die Garnelen darin kurz anbraten, dann beiseite stellen. Die Tintenfischringe anbraten, Zwiebeln und Knoblauch kurz mitbraten. Den Reis zufügen und mit dem Muschelsud auffüllen. Safranbrühe und Kurkuma unterrühren und den Reis 10 Minuten bei großer Hitze kochen. Die Hitze reduzieren, den Reis noch 5 Minuten garen, Tomaten, Erbsen, Muscheln und Garnelen zufügen, alles weitere 5 Minuten köcheln, salzen, pfeffern und mit Petersilie bestreut servieren.

**Unsere AIDA Rezepte der
Woche finden Sie
unter www.aida.de/rezepttipp**

