

Schnelle Paella

Für zwei Personen

Für Fleisch und Meeresfrüchte:

6 ausgelöste Hühnerunterschenkel	20 kl. weiße Venusmuscheln	6 Riesengarnelen
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Paella:

200 g Risotto-Reis	200 g gestückelte Tomaten	10 grüne, reite Bohnen
1 Schalotte	1-2 EL Butter	1 L Geflügelfond
1 Döschen gemahl. Safran	1 Zweig Rosmarin	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

3 Zweige glatte Petersilie	1 Zitrone
----------------------------	-----------

Für Fleisch und Meeresfrüchte:

Die Hühnerunterschenkel kräftig in Olivenöl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Venusmuscheln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten und geöffnete Muscheln aussortieren. Einen Topf mit Wasser aufsetzen. Die Muscheln ins kochende Wasser geben und ca. 3 Minuten kräftig sprudelnd kochen lassen. Die Muscheln mit dem Schaumlöffel herausheben und noch geschlossene Exemplare aussortieren.

Anschließend die Muscheln aus den Schalen lösen, entbarten und säubern.

Garnelen längs halbieren (Schmetterlingsschnitt) und putzen. In einer heißen Grillpfanne auf der Fleischseite kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Paella:

Bohnen putzen. Schalotte abziehen und würfeln. Zusammen mit Reis und Bohnen in Olivenöl glasig anschwitzen. Tomaten hinzufügen.

Geflügelfond in einem Topf erwärmen. Warmen Fond nach und nach zum Reis geben und rühren. Diesen Vorgang solange wiederholen, bis der Reis gar ist. Bohnen, Venusmuscheln sowie das Fleisch mitsamt dem Bratfett dazugeben.

Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Kurz vor dem Servieren Rosmarin, Safran und Butter zum Reis geben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rosmarin entfernen. Mit Garnelen servieren.

Für die Garnitur:

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Über die Paella streuen. Zitrone in Spalten schneiden und zur Paella servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Daniel Schöller am 07. April 2022