

Kastilische Paella mit Meeresfrüchten, Hähnchen-Flügeln

Für zwei Personen

Für die Paella:

10 große Garnelen	2 Calamari-Tuben	250 g Venusmuscheln
250 g Miesmuscheln	6 sehr kleine Hähnchenflügel	2 Strauchtomaten
1 Zehe Knoblauch	1 Speisezwiebel	1 grüne Paprika
50 g TK-Erbesen	50 g spanische grüne Oliven	250 g Paella-Reis
1 L Fischfond	250 ml Wermut	0,1 g Safranfäden
0,1 g Safranpulver	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

1 Zitrone	2 Eier
-----------	--------

Venus- und Miesmuscheln für circa eine Stunde in kaltes Salzwasser legen. Erbsen auftauen. Safranfäden in etwas Fischfond einlegen.

Wasser zum Kochen bringen. Eier hart kochen und beiseite legen.

Für die Paella Zwiebel und Knoblauch abziehen und in Würfel schneiden. Paprika und Tomaten waschen, trocken reiben, Kerngehäuse entfernen und beides ebenfalls würfeln.

Calamari abbrausen, trocken tupfen und in Ringe schneiden. Hähnchenflügel abwaschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Paellapfanne Olivenöl erhitzen und Hähnchenflügel goldbraun anbraten. Beiseite stellen. Zwiebel und Knoblauch in die Pfanne geben und anschwitzen. Paprika, Tomate und Calamari-Ringe hinzugeben und circa fünf Minuten anbraten. Paellareis dazugeben und glasig andünsten. Hähnchenflügel wieder hinzugeben und alles mit einem Viertel des Fonds ablöschen. Aufkochen lassen, Safranfäden hinzugeben und Temperatur herunter schalten. Reis auf mittlerer Stufe 20 Minuten unter gelegentlichem Rühren bissfest garen. Regelmäßig Fond nachgießen, am Schluss mit Salz und Pfeffer würzen und mit Safranpulver nachfärben.

Venus- und Miesmuscheln aus dem Salzwasser nehmen und putzen. In einem Topf Olivenöl erhitzen, Muscheln darin anschwitzen. Sobald sie sich öffnen, mit Wermut ablöschen. Die ungeöffneten Muscheln aussortieren. Muscheln abgießen, den Sud auffangen. Muscheln beiseite stellen. Einen Teil des Muschelsuds für ein besseres Aroma in die Paella geben.

Garnelen waschen, trocken tupfen und in Olivenöl glasig braten. Muscheln, Garnelen, Erbsen und Oliven zum gegarten Paella-Reis geben und zusammen noch einmal zwei Minuten erwärmen.

Eier pellen und vierteln. Zitrone waschen, trocken reiben und in Scheiben schneiden.

Paella in einer kleinen Paella-Pfanne anrichten, mit Eiern und Zitrone garnieren und servieren.

Graziella Macri am 11. April 2016