

EINFACHE PAELLA

10 MIN

ZUBEREITUNGSZEIT



35 MIN

GESAMTZEIT

Zutaten für 5 Portionen

- 250 g gemischte Meeresfrüchte (alternativ Fischfilet oder Garnelen)
- 400 g Hähnchenbrust
- 250 g Reis (Paella oder Risotto Rundkornreis)
- 80 g Erbsen
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Paprika
- 1 Liter Gemüsebrühe



Als Paella-Gewürz:

- 1 Prise Safran
- 1 TL Paprikapulver
- ½ TL Cayennepfeffer
- Salz und Pfeffer

Außerdem:

- Olivenöl (zum Anbraten)
- 1 Zitrone (zum Servieren)

Zubereitung:

1. Schneide das Hähnchen in mundgerechte Würfel. Wasche die Paprika und schneide sie in Streifen. Schäle die Zwiebel und würfel sie klein. Schäle den Knoblauch.
2. Erhitze etwas Öl in einer Pfanne. Brate das Hähnchen darin an. Nimm es raus und stell es beiseite.
3. Gib die Meeresfrüchte oder den Fisch in die Pfanne. Brate sie und nimm sie dann ebenfalls heraus.
4. Gib nun wieder Olivenöl in die Pfanne und brate darin die Zwiebeln, den Paprika und den Knoblauch an.
5. Rühre den Reis, Safran, Paprikapulver und Cayennepfeffer unter. Gieße die Gemüsebrühe an. Lass deine Paella 15 Minuten köcheln.
6. Gib dann das Hähnchen, die Meeresfrüchte und die Erbsen dazu. Lass die Paella weitere 3

Minuten köcheln. Schmecke sie mit Salz und Pfeffer ab. Ist sie dir zu fest, so gieße noch etwas mehr Brühe an. Serviere die Paella mit Zitronenspalten.

Nährwerte pro Portion: 403 kcal | KH 48,4 g | E 32,1 g | F 8,2 g



Ein Rezept von Familienkost.de

Besuch uns gern wieder auf **familienkost.de** und stöbere in unserem **Shop**.

