

...die Kochsendung im OK Weinstraße

Rezept zu Sendung #56 (Sommer-Special)

mit Michael Gillich und Paul Damm

Paella mit Fisch und Hähnchenfleisch

Zutaten für ca. 15 Personen:

- 2 kg Paellareis
- 0,5 L trockenen Weißwein
- 3 Gemüsezwiebeln
- 3 St. Lauch
- 1 Knoblauchknolle
- 12 Tomaten
- 4 Paprika rot / gelb
- 2 Bd. Schlotten
- 25 schwarze Oliven (Kernlos)
- 12 Zitronen
- 4 L Fischbrühe (am Vortag zubereitet)
- 1,5 L eingekochte Tomaten
- 10 Chorizo
- 25 Hähnchenkeulen
- 200 g Erbsen
- 200 g Zuckerschoten
- 1,5 kg Rotbarschfilet
- 1,4 kg Garnelen (groß)
- 700 g Tintenfisch (vorkochen)
- 1 kg Miesmuscheln



Paellagewürz, Olivenöl, Salz,
Pfeffer, Lorbeerblätter, Chilli,
Hähnchengewürz, süßer Paprika

Für die Fischbrühe: Fisch, Weißwein, Lorbeerblätter, Karotten, Lauch, Sellerie, Zwiebeln

Zuerst wird am Vortag eine Fischbrühe aus Fischköpfen und den Gewürzen gekocht.

Zu Beginn wird für die Paella das Hähnchen gewürzt und in der Pfanne angebraten. Danach wird die Pfanne nochmal gereinigt (wenn 2 Pfannen zur Verfügung stehen kann auch parallel gearbeitet werden).

Zuerst wird das Gemüse geschnitten und die Zwiebeln mit dem Lauch in Olivenöl angebraten. Anschließend wird der Paellareis zugegeben, kurz angebraten und alles mit der Fischbrühe abgelöscht.

Dann werden frische Tomaten und eingekochte Tomaten zugegeben und immer ausreichend Wasser zugefügt, so dass nichts anbrennt. Nach und nach werden dann alle weiteren Zutaten zugegeben (ggf. vorgekocht und zerkleinert) und am Ende die Garnelen, Chorizo und Hähnchenkeulen obendrauf gelegt und die Muscheln hineingesteckt.



Die Pfanne wird mit Folie abgedeckt und die Paella 10 – 15 Minuten nach gegahrt.

Am Ende wird die Pfanne mit Zitronen garniert gepfeffert und zügig serviert.

Viel Spaß beim Nachkochen!

Euer Michael und Paul

