



Das Beste aus Spanien!

# PAELLA

## Zutaten für 4 Personen:

350 g Tintenfisch	2 Tomaten (Strauchtomaten oder Ochsenherz)
300 g Hähnchenflügel	1 Paprika
4 Beutel Tinte vom Sepia oder Kalmar	1,5 l Fischbrühe
300 g Garnelen	400 g Paella oder Risottoreis
200 ml trockener Weißwein	Salz / Pfeffer
2 Knoblauchzehen	Olivenöl
1 Zwiebel	Petersilie und Zitronen zum Garnieren

1. Sepia oder Tintenfisch säubern und in kleine Stücke schneiden. Die Tomaten in heißes Wasser legen bis sich die Haut leicht entfernen lässt. Dann klein schneiden. Zwiebeln, Knoblauch, Paprika und Petersilie fein hacken. Hähnchenflügel separat goldbraun anbraten, zur Seite legen.
2. Das Olivenöl in einer Paella-Pfanne erhitzen. Sepia oder Tintenfisch gut anbraten. Nach ca. 5 Minuten Zwiebeln und Paprika dazugeben und weitere 5 Minuten unter Rühren braten. Anschließend die Garnelen und den Knoblauch hinzugeben und weitere 3-5 Minuten braten. Anschließend die Tomaten in die Paella geben, salzen und ein paar Minuten köcheln lassen.
3. Den Reis in die Pfanne geben und etwas anbraten. Anschließend den Weißwein hinzugeben und einkochen lassen. Nun den Reis mit der Hälfte des Fischfonds bedecken und bei starker Hitze ca. 10 Minuten kochen lassen.
4. Nach ca. 10 Minuten den Rest des Fischfonds & Hähnchenflügel hinzugeben und den Reis bei schwacher Hitze weitere 10 Minuten köcheln lassen, bis er gar ist. Am besten zwischendurch probieren. Wenn der Reis gut ist, evtl. noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem servieren noch 5 Minuten abgedeckt ruhen lassen. Mit frischer Petersilie und Zitronen anrichten.

[www.vinos.de](http://www.vinos.de)