



BASF

We create chemistry

Paella



50 Minuten



4 Personen



Fisch/Fleisch



Zutaten

- 100 g Chorizo
- 400 g Hähnchenbrust
- 800 ml Geflügelfond
- 100 g Erbsen TK
- 100 g passierte Tomaten
- 250 g Paella Reis
- 250 g Meeresfrüchte gemischt
- 1 Paprika rot
- 1 Paprika gelb
- 1 Zwiebel
- 3 Zehen Knoblauch
- Olivenöl
- Safran
- Piment d'Espelette
- 1 Bio Zitrone
- Frische Blattpetersilie

Zubereitung

- 1) Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.
- 2) Die Paprika rot und gelb vom Kerngehäuse befreien und ebenfalls würfeln.
- 3) Das Hähnchenbrustfilet gründlich abwaschen und trocken tupfen. Danach in ca. 1x1 cm große Stücke schneiden. Mit Salt und Pfeffer würzen.
- 4) In einer Pfanne/Topf, etwas Öl erhitzen und die Hähnchenbrust- und Paprikawürfel scharf anbraten. Alles wieder aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen.
- 5) Anschließend etwas Olivenöl in derselben Pfanne/Topf erhitzen und die gewürfelten Zwiebeln, sowie den Knoblauch glasig anschwitzen.
- 6) Danach kommen ca. 100 g passierte Tomaten, sowie 250 g ungekochter Paella Reis dazu und alles verrühren.
- 7) Mit ca. 800 ml Geflügelfond ablöschen. ½ Teelöffel Safran dazugeben und kurz aufkochen lassen. Die Pfanne/Topf auf der mittleren Schiene, bei ca 160°C Umluft, für ca. 20 Min. ohne Deckel in den Backofen stellen.
- 8) Anschließend die aufgetauten Meeresfrüchte, Erbsen, Paprikawürfel und die Hähnchenbrustwürfel wieder dazugeben und nochmals für ca. 15 Min. in den Backofen geben.
- 9) Kurz vor dem Servieren mit Zitrone und frischen Kräutern servieren.

Guten Appetit wünscht die BASF Gastronomie!

Weitere Rezepte finden Sie unter gastronomie.basf.de/rezepte

Unser Küchentipp

Eine Paella ist ein spanisches Reisgericht aus der Pfanne und gilt als das „Nationalgericht“ der Regionen Valencia und Katalonien. Der Begriff paella stammt aus dem katalanischen und hat seinen Ursprung im lateinischen Wort paella, das eine Art große Platte oder flache Schüssel aus Metall bezeichnet.

