



Paella

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	30 Min.
Garzeit	30 Min.
Portionen	4
Gerät	Combair-Steam SE ab 2015

Zubereitung

1 Pouletbrüstchen, etwa 150 g

Salz

Pfeffer, weiss, gemahlen

Paprika, gemahlen

Oliveöl

Pouletbrüstchen in 2 cm grosse Würfel schneiden und mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Oliveöl in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze reduzieren, Pouletstücke bei mittlerer Hitze etwa 4 Minuten anbraten und beiseitestellen.

1 Zwiebel, klein

1 Knoblauchzehe

½ Peperoni, rot

150 g Rundkornreis, z. B. Arborio parboiled

1 Briefchen Safran

250 ml Hühnerbouillon

Zwiebel fein schneiden, Knoblauch pressen und Peperoni in 2 cm grosse Würfel schneiden. Alle Zutaten zusammen in die Porzellanform geben und mischen.

Porzellanform auf den Gitterrost in den kalten Garraum schieben. Dämpfen.

Dämpfen 100 °C während 25 Min.

6 Riesengarnelen, ungeschält

8 Miesmuscheln

80 g Tintenfischringe

Salz

Riesengarnelen abspülen, mit den Miesmuscheln und den Tintenfischringen in den gelochten Garbehälter geben und salzen.





1 Tomate

75 g Erbsen, tiefgekühlt

2 EL Oliven, schwarz, entsteint

Tomate entkernen und würfeln. Tomatenwürfel mit den Erbsen, den Oliven und dem Poulet vermengen. Zum Reis geben und gut untereinander miteinander vermischen.

Porzellanform zurück auf den Gitterrost stellen und gelochtes Edelstahlblech unten in den Garraum schieben. Dämpfen.

Gargut einschieben

Dämpfen 80 °C während 5 Min.

½ Zitrone

Petersilie

Zitrone vierteln. Tintenfischringe und Miesmuscheln unter den Reis mischen und mit den Riesencrevetten, der Zitrone und der Petersilie garnieren.

Tipps

Anstelle von tiefgekühlten Erbsen frische Erbsen begeben. Frische Erbsen mit den Peperoniwürfeln begeben.

Zubehör

Gitterrost

Porzellanform, ½ GN Höhe 65 mm

Garbehälter gelocht

Zusätzliche Informationen

Erstellt am

11.12.2019