

# Paella mit Poulet und Meeresfrüchten

Vor- und zubereiten: ca. 70 Min.

**8 Pouletschenkel**, halbiert

**Olivenöl** zum Anbraten

**½ TL Salz**, wenig Pfeffer

**1 Zwiebel**, fein gehackt

**2 Knoblauchzehen**, fein gehackt

**1 rote Peperoni**, geviertelt,  
quer in feinen Streifen

**300 g Rundkornreis** (z. B. Bomba,  
Arborio)

**1 dl Weisswein**

**8 dl Hühnerbouillon**, heiss

**2 Briefchen Safran**

**8 rohe, bis auf das Schwanzende  
geschälte Crevetten-Schwänze**

**200 g Miesmuscheln**

**100 g Calamares-Ringe**

**200 g tiefgekühlte Erbsli**, angetaut  
**einige schwarze Oliven**

1. Öl in einer Paella-Pfanne oder in einer weiten Bratpfanne heiss werden lassen. Poulet bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. anbraten, herausnehmen, würzen. Bratfett auftupfen.
2. Zwiebel, Knoblauch und Peperoni ca. 2 Min. andämpfen, Reis begeben, unter Rühren dünsten, bis er glasig ist. Wein dazugiessen, kurz einkochen.
3. Bouillon und Safran begeben, aufkochen. Poulet wieder darauf legen, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 20 Min. köcheln, 1–2-mal sorgfältig rühren.
4. Crevetten, Muscheln, Calamares-Ringe und Erbsli daruntermischen, nochmals ca. 5 Min. zugedeckt weiterköcheln, bis der Reis al dente ist. Oliven darüberstreuen.

**Tipp:** Für eine Meeresfrüchte-Paella Fleisch und Safran weglassen und den Reis mit schwarzer Tinte (Sepia) schwarz färben.

