

Paella-Salat

Paella auf neue Art.

Dieser Salat zaubert mit Farbe, Aroma und Meeresfrüchten ein kleines bisschen Spanien auf den Teller.

Zutaten

1 Zitrone
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
4 EL Öl
250g Reis
1 Briefchen Safran
6 dl Bouillon
1 dl Weisswein
250g Meeresfrüchte
60g Erbsen
1 Tomate
6 EL Essig
12 EL Olivenöl
50g Erdnüsse
2 EL Basilikum
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Etwa 30 Minuten + 20 Minuten abkühlen

1 Zitronenschale mit dem Zestenmesser in langen Streifen abziehen. Saft auspressen und beiseitestellen.

2 Zwiebel und Knoblauch fein hacken. In einer Pfanne im heissen Öl andünsten. Reis und Zitronenzeste dazugeben, kurz weiterdünsten. Safran darüberstreuen, mit Bouillon und Weisswein aufgiessen. 10 Minuten köcheln lassen. Meeresfrüchte in mundgerechte Stücke schneiden und mit den Erbsen in den Reis geben und weitere 15 Minuten köcheln. Reis in eine Schüssel geben und ca. 20 Minuten abkühlen lassen.

3 Tomate in Würfel schneiden und über den abgekühlten Reis geben. Essig, Olivenöl, Erdnüsse und Basilikum unter den Reis mischen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Nach Lust und Laune würzen.

Tipp

Paella-Reis gibt es in Spanien wie Sand am Meer. Die richtig guten Sorten sind entweder ein Rundkornreis oder ein Mittelkornreis. Das grosse, weisse und runde Korn muss vor allem viel Wasser aufsaugen können. Trotzdem bleibt das Korn bei guten Sorten bissfest.

