

## Spanische Paella



Für 6 - 8 Personen:

100g gewürfeltes Schweinefleisch (Schnitzel)	400g – 500g Hähnchenbrust
150g Tintenfisch (Sepia od. Pulpo)	200g – 400g Fischfilets (Seelachs, Rotbarsch...)
10 –12 St. Nürnberger Schweinsbratwürstel	4 – 8 Riesengarnelen oder Scampi
200g – 300g frische Miesmuscheln (muss nicht sein)	100g grüne Bohnen (frisch oder gefroren)
1 rote und 1 gelbe Paprika	450g Schälto­maten (Dose)
100g Erbsen (frisch oder gefroren)	2 Knoblauchzehen
350g – 400g Reis	3 Suppenwürfel
2 – 3 Zwiebeln	Salz, Pfeffer, Zitronensaft
2 Tüten Safran a´ 2g ( od. Safranersatz)	

Für den Bordbetrieb ersetze ich die Zutaten die ich vor Ort nicht bekomme mit Dosenware, z. B. Fisch – Makrelenfilets in Öl... jedoch dann nur ca. 3 Dosen.

### Vorbereitungen:

Schweinefleisch würfeln, Hühnerbrust vierteln, nun beides salzen und pfeffern.  
Den Tintenfisch reinigen, enthäuten und in Streifen schneiden.  
Die Fischfilets in Gulasch große Würfel schneiden und mit Zitronensaft beträufeln.  
Knoblauch und Zwiebeln würfeln und den Paprika in Streifen schneiden.  
Muscheln mit wenig Wasser, in geschlossenen Topf ca. 10 Min. kochen.  
Ca. 1l Fleischbrühe kochen, etwas intensiv ansetzen, danach den Topf beiseite stellen.

### Zubereitung:

In Ihrer größten Pfanne (an Bord eine Alu-Auflaufform), Olivenöl erhitzen und die Schweinsbratwürstel anbraten, bis sie braun sind, nun das Schweinefleisch und die Hähnchenbrüste mit anbraten, danach den Tintenfisch zugeben, wenn alles angebräunt ist, den Knoblauch und die Zwiebeln einrühren, nach 5 Min. die Paprikastreifen mit dünsten, salzen und pfeffern, nun den rohen gewaschenen Reis zwischen das Fleisch streuen, Safran zufügen; noch einen kräftig Schuss Olivenöl, den Reis anziehen lassen bis er glasig ist, ab jetzt mit kleiner Flamme weiterkochen, Fleischbrühe angießen, die kleingeschnitten Schälto­maten, die Erbsen und Bohnen dazu geben, jetzt alles vorsichtig durchrühren und die Fleischteile gleichmäßig am Pfannenboden verteilen.  
**Achtung:** Von jetzt an wird nicht mehr umgerührt, nur von Zeit zu Zeit die Pfanne leicht rütteln, nach weiteren 15 Min. die Fischstücke in den Reis eingraben, die Garnellen oben auflegen, und die gekochten Muschel halb in den Reis stecken, nun immer wieder Fleischbrühe nachgießen damit der Reis gut quellen kann, nach der Reiszugabe braucht die Paella ca. 35 Min., sie ist fertig sobald der Reis gar ist, nun sofort aus der Pfanne servieren.

•**Zubereitungszeit:** Ca. 1 ½ Stunden

## Paella in 8 Schritten.



Würstchen und Fleisch anbraten



Tintenfisch u. etwas später Zwiebeln  
zufügen.



Viel Olivenöl u. den trockenen Reis  
anbraten.



Paellagewürz, Safran, Salz, Pfeffer



Schältomaten, Paprika, danach mit  
Brühe angießen.



TK Bohnen u. Erbsen hinzugeben.



Muscheln einschieben.



15 Min. bevor der Reis gar ist, die  
Fischstücke eingraben.