



Garnelen-Chorizo-Paella mit grünem Spargel

fruchtig-fein mit Safran und Tomate



30-40min



2 Portionen

Heute begeben wir uns mit Paella auf eine kulinarische Reise nach Spanien! Benannt ist das spanische Nationalgericht nach der Pfanne, in der es zubereitet wird. Frische Tomaten, herzhafte Chorizo und saftige Garnelen sorgen für eine geschmackvolle Basis, während Safranbrühe dem Reis die klassische gelbe Farbe gibt. Für einen hübschen Farbtupfer sorgt sanft gerösteter grüner Spargel. Lust auf Urlaub? Na dann, ran an die Gabel!

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. Safran
- 1 Pck. Hühnerbrühwürz
- 2 Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut ¹
- 100g Chorizo, gewürfelt ²
- 200g Risottoreis
- 250g grüner Spargel

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne mit Deckel
- Wasserkocher
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Die nach Wasserkocher variierende Mindestmenge beachten und ggf. mehr Wasser aufkochen.

Allergene

Krebstiere (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

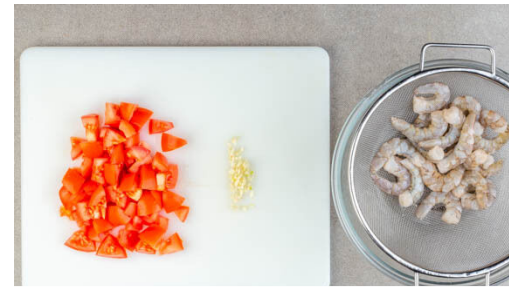
Nährwertangaben pro Portion

Energie 768kcal, Fett 29.3g, Kohlenhydrate 91.3g, Eiweiß 36.0g



1. Safranbrühe herstellen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. In einem Wasserkocher oder einem kleinen Topf 380ml Wasser zum Kochen bringen. Den **Safran** und die **½ des Brühwürzes** ins heiße Wasser rühren.



2. Zutaten vorbereiten

Die **Tomaten** grob würfeln. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Garnelen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen.



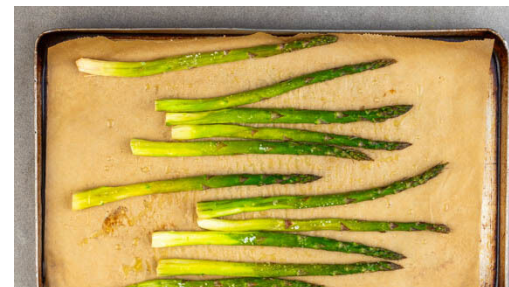
3. Chorizo braten

Die **Chorizo** mit 1EL Olivenöl in einer mittelgroßen Pfanne bei mittlerer Hitze in ca. 3Min. goldbraun und knusprig anbraten. Den **Knoblauch** in die Pfanne geben und ca. 1Min. mitbraten. Die **Tomaten** zugeben und ca. 3Min. mitbraten, bis sie weich sind.



4. Paella ansetzen

Den **Reis** dazugeben und 1-2Min. anrösten, dann mit der **Brühe** ablöschen und abgedeckt bei niedriger bis mittlerer Hitze 15-18Min. köcheln lassen, bis fast die gesamte **Brühe** aufgesogen ist.



5. Spargel rösten

Den **Spargel** am unteren Drittel schälen, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Olivenöl und 1 Prise Salz vermengen und im Backofen in 10-12Min. goldbraun und gar rösten.



6. Paella fertigstellen

Nach 15-18Min. Kochzeit die **Garnelen** in die Pfanne geben und die **Paella** bei starker Hitze ohne Rühren weitere 4-6Min. braten, bis der **Reis** gar ist und sich am Pfannenboden eine braune Kruste gebildet hat, dabei einen Pfannenwender verwenden, um vorsichtig zu prüfen, ob der **Reis** bereits knusprig ist. Den **Spargel** auf der **Paella** anrichten und servieren.