

Co na obiad: Paella z owocami morza i kurczakiem wg Piotra Ogińskiego



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

piersi z kurczaka	2 szt.
oliwa	
sól morska	
pieprz czarny mielony	
czosnek	2 ząbki
biała cebula	1 szt.
tymianek świeży	1 gałązka
marchew	2 szt.
papryka czerwona	1 szt.
pomidor	1 szt.
ryż do paelli	250 g
papryka mielona wędzona	0.5 łyżeczki
bulion	800 ml
Szafran - nitki	1 opakowanie
kalmary	2 szt.
krewetki tygrysie	15-18 szt.
zielony groszek	100 g
cytryny	2 szt.
pietruszka	1 pęczek

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Na rozgrzaną patelnię wlewamy oliwę i smażymy piersi z kurczaka, ok. 4-5 minut z każdej strony. Kiedy kurczaka obrócimy na drugą stronę, możemy go posolić oraz popieprzyć i zostawić na kolejne 4-5 minut.

Po tym czasie kurczaka ściągamy na talerzyk, który szczelnie przykrywamy folią aluminiową. Na patelnię do paelli, lub innej o średnicy minimum 34 cm, wlewamy oliwę, dodajemy czosnek, cebulę oraz tymianek i podsmażamy przez 3 minuty.

Kiedy cebula jest lekko zeszkłona dodajemy paprykę wędzoną oraz świeżą marchew i pomidor. Całość solimy i smażymy ok. 2-3 minuty na średnim ogniu. Po tym czasie dodajemy ryż, który delikatnie podprażamy przez 2 minuty, do momentu aż będzie przeźroczysty.

Kiedy ryż stanie się przeźroczysty zalewamy go bulionem. Kiedy się zagotuje dodajemy szafran, zmniejszamy ogień i gotujemy 10-15 minut tak by ryż był półtwardy. Po tym czasie do paelli dodajemy pokrojonego kurczaka, krewetki, pokrojonego kalmara oraz groszek, całość lekko mieszamy i gotujemy pod przykryciem do momentu aż owoce morza, kurczak oraz ryż będą gotowe (ok. 15 minut).

Gotową paellę podajemy z ćwiartkami cytryny oraz posypaną świeżą pietruszką.