

## Paela



### KALUSIAA1989



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>mieszanki owoców morza</b>	500 g
<b>cebula</b>	1
<b>marchewka</b>	1
<b>brokuła</b>	0,5
<b>pomidor</b>	1
<b>ząbki czosnku</b>	3
<b>czarnych oliwek bez pestek</b>	15
<b>papryki ostrej</b>	1 łyżeczka
<b>bulion</b>	500 ml
<b>ryż</b>	200 g

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

W woku lub dużej patelni rozgrzać oliwę, dodać pokrojoną drobno cebulkę i zmiądzony czosnek - smażyć 3min. Wsypać do cebulki suchy ryż i ,ciagle mieszając, smażyć 3-4min. Zalać bulionem, dodać szafran, ostrą paprykę, gotować pod przykryciem, czas od czasu mieszając, 5min. Dodać obrane, umyte i pokrojone na drobne kawałki warzywa, pomidor wcześniej sparzyć i sdcząc skórkę- dusić pod przykryciem 15min.

Owoce morza rozmrozić, wrzucić na patelnię, odparować wodę i podsmażyć na ostrym ogniu 3min. Przełożyć do paeli i dusić jeszcze 3min. Dodać pokrojone w plasterki oliwki, doprawić solą i pieprzem - delikatnie wymieszać, posypać natką i zostawić pod przykryciem na 5min.

Limonkę wyszorować i sparzyć, rozciąć na 4 części. Paelę podajemy w woku, udekorowaną limonkami, na talerzu wygnieść sok na potrawę według uznania.