

La table

Paella



Les ingrédients

Moule : 300 g, Gambas surgelées : 12 pièces, Chorizo : 100 g, Gousse d'ail : 1, Pistils de safran : 1 g, Oignons : 2 pièces, Vin blanc sec : 10 cl, Petit pois : 100 g, Poivron rouge : 2 pièces, Tomates : 4 pièces, Filet de poulet (150 g) : 2 pièce(s).
Bouillon de volaille : 80 cl, Piment d'Espelette : 2 pincée(s), Riz rond : 400 g, Citron(s) jaune(s) : 1 pièce(s)

Découper les filets de poulet en cubes de 2 cm de côté. Nettoyer le calamar et l'émincer en rondelles. Nettoyer les moules à l'eau claire puis les cuire dans une casserole sur le feu pendant 5 minutes à couvert pour les ouvrir. Décortiquer les moules. Décortiquer les crevettes.

Couper le chorizo et les poivrons, les tomates et les oignons en petits dés et hacher l'ail.

Mettre l'huile dans un wok ou le plat à paella et suer les oignons avec l'ail avec 1 pincée de sel fin. Ajouter les poivrons, cuire 5 minutes puis ajouter le riz et le nacer, c'est-à-dire le cuire pendant 1 min sans cesser de remuer pour qu'il devienne translucide. Déglacer ensuite au vin blanc. Ajouter les tomates, le safran, le sel et le piment d'Espelette et le chorizo- Mouiller avec le bouillon de volaille et baisser le feu et cuire pendant 15 à 20 minutes.

Dans une poêle à part faire sauter le poulet, les gambas et les calamars avec de l'huile d'olive puis les ajouter à la paella. 5 minutes avant la fin de la cuisson, ajouter les moules et les petits pois. Remuer le tout.

Retrouver des conseils et toutes les recettes en ligne sur www.latable.no

La table

Paella



Ingredienser

300 g blåskjeller, 12 Reker , 100 gr chorizo, Hvitløk, 2 gr safran, 2 løk, 10 cl hvitvin, 100 gr erter, 2 rød paprika, 4 tomater, 150 gr kylling filet, 80 cl Kyllingfond, 400 gr Ris, 1 sitron

Skjær paprika, løken, hvitløk og tomatene i små terninger. Koke dem 5 minutter i en wok med olivenolje og legge til ris. Tilsett hvitvin og koke 5 min.

Legg tomater, safran, salt, pepper og chorizo med kyllingkraft, reduser varmen og la det koke i 20 minutter.

I en separat pan koke kyllingbrystene og reker med olivenolje og legge dem til paella. 5 minutter før slutten, tilsett blåskjell og erter.