

# Paella nach Lafer

---

## Zutaten:

aus dem Kochbuch „*Kochen für Freunde*“

4 Personen

2 Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

150 g Chorizo (spanische Knoblauchwurst)

300 g Hähnchenbrustfilet

250 g küchenfertige Calamari

300 g Miesmuscheln

1 rote und 1 grüne Paprika

5 EL Olivenöl

700 ml Geflügelfond und 125 ml trockenen Weisswein

200 g Langkornreis

Salz, Pfeffer, Safran

300 g küchenfertige Garnelen (geschält und wer mag ohne Kopf)

200 g TK Erbsen

## Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und in feine Würfel schneiden. Chorizo in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Das Hähnchenbrustfilet waschen, trockentupfen und in Würfel schneiden.

Die Calamari waschen, trockentupfen und in ca. 1 cm dicke Ringe schneiden und die Muscheln unter fließend kaltem Wasser gründlich abbürsten und die Bärte vorsichtig abziehen. Bereits geöffnete Muscheln aussortieren.

Die Paprika längs halbieren, entkernen, waschen und in Streifen schneiden.

Den Ofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Das Olivenöl in einer großen ofenfesten Paellapfanne (oder einem Bräter) erhitzen, die Zwiebeln, den Knoblauch und die Wurst kurz darin anbraten. Das Hühnerfleisch, die Tintenfischringe und die Paprikastreifen dazugeben und ebenfalls kurz mitbraten. Mit dem Fond und dem Weisswein ablöschen.

Den Reis untermischen, alles mit Salz, Pfeffer und 1 TL (2 TL) Safranpulver würzen und offen ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Die Garnelen mit den Erbsen untermischen.

Die Paella im Ofen auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten garen. Sollte sie zu trocken werden noch etwas Geflügelfond nachgießen.

Die Paella aus dem Ofen nehmen, mit Salz und Pfeffer nachwürzen und in der Pfanne oder auf Tellern servieren.

# Erdbeeren mit Creme

---

## **Zutaten:**

Ca. 1 kg Erdbeeren; 1 kg Quark; 500 ml Sahne; 1 Vanilleschote; Zucker; 100 ml Milch, Zucker

## **Zubereitung:**

Die Vanilleschote aufschlitzen, das Mark herauskratzen und in der Milch aufkochen. Erdbeeren waschen und zerkleinern, mindestens halbieren. Etwas Zucker über die Erdbeeren geben, damit sie Fruchtfüssigkeit abgeben. Die Sahne steifschlagen und mit der Vanillemilch unter den Quark heben. Nach Bedarf zuckern. Die Erdbeeren mit der Fruchtfüssigkeit dazugeben und kalt stellen.