Rezept

Nudel-Paella mit Meeresfrüchten

Ein Rezept von Nudel-Paella mit Meeresfrüchten, am 20.05.2025

Zutaten

- **12** mittelgroße ungeschälte rohe Garnelen (etwa 300 g)
- **1** Zwiebel
- **10** Safranfäden
- Salz
- **800 ml** Fischfond (aus dem Glas)
- **2 EL** frisch gehackte Petersilie
- **400 g** Seeteufelfilet
- **2** Tomaten
- **2** Knoblauchzehen
- **1 TL** edelsüßes Paprikapulver
- **2 EL** Olivenöl
- **400 g** fideos
- **1** paella-Pfanne

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 570 kcal

Zubereitung

1. Die Garnelen kalt abspülen und mit Küchenpapier trockentupfen. Das Seeteufelfilet ebenfalls kalt abspülen, trockentupfen und in 1½ cm große Würfel schneiden.

2. Die Tomaten einritzen, überbrühen, häuten und entkernen. Das Fruchtfleisch klein würfeln, dabei die Stielansätze entfernen. Die Zwiebel schälen und fein hacken.

3. Den Knoblauch schälen und mit dem Safran, dem Paprikapulver und 1 Prise Salz im Mörser fein zerstoßen.

4. Das Öl in der paella-Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin bei mittlerer Hitze 2-3 Min. anbraten. Die Tomaten hinzufügen und 3 Min. unter Rühren mitbraten. Den Fond angießen, die Würzmischung aus dem Mörser hinzufügen und alles zum Kochen bringen.

5. Den Fond mit etwas Salz und Paprikapulver abschmecken. Den Fisch und die Nudeln untermischen und bei mittlerer Hitze 7-8 Min. offen kochen lassen.

6. Die Garnelen auf der Nudelpfanne verteilen, mit der Petersilie bestreuen und in 2 Min. fertig garen. Vom Herd nehmen und zugedeckt 5 Min. ruhen lassen.