

Rezept

# Paella-Eintopf

Ein Rezept von Paella-Eintopf, am 04.10.2023

## Zutaten

<b>1</b> Zwiebel	<b>2</b> Knoblauchzehen
<b>4 EL</b> Olivenöl	<b>150 g</b> Risotto-Reis
<b>1 Döschen</b> gemahlener Safran (0,1 g)	<b>1,5 l</b> Hühnerbrühe
<b>1 Packung</b> TK-»Frutti di mare« (225 g Abtropfgewicht)	<b>300 g</b> Hähnchenbrustfilets
<b>150 g</b> TK-Erbesen	<b>1</b> große Fleischtomate
Salz	Cayennepfeffer

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN 35 MIN. | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 415 kcal

## Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln und in 2 EL Öl glasig dünsten. Dann Reis und Safran 1-2 Min. mit andünsten. 1 l Brühe dazugießen und den Reis bei schwacher Hitze 20 Min. garen, dabei gelegentlich umrühren.
2. Inzwischen den Meeresfrüchte-Mix antauen lassen. Hähnchenfilets waschen, trocken tupfen und klein würfeln. Übriges Öl in einer Pfanne erhitzen, Fleisch darin 3-4 Min. unter Wenden anbraten, Meeresfrüchte zugeben. Alles mit der übrigen Brühe ablöschen und zugedeckt 3-4 Min. garen.
3. Die Erbsen antauen lassen. Die Tomate waschen, vom Stielansatz befreien, halbieren und entkernen, dann in kleine Würfel schneiden. Erbsen und Tomatenwürfel in den Reis-Eintopf geben und noch 5 Min. mitgaren. Den Hähnchen-Meeresfrüchte-Mix unterheben und heiß werden lassen. Den Eintopf mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken und in Suppentellern anrichten.