

Vorspeise: Gefüllte Tomaten
Hauptspeise: Paella

- gerechnet auf 4 Personen -

Zutaten Vorspeise:

- 4 Tomaten (die Haut kreuzweise einritzen, in kochendem Wasser 1 Minute blanchieren, die Haut abziehen, die Tomaten halbieren, den Strunk herausschneiden und das Fruchtfleisch vorsichtig herauslöffeln)
- 8 Thymianzweige
- 3 Knoblauchzehen (schälen und in Scheiben schneiden)
- 6 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer, Zucker

Für die Füllung:

- 200 g Thunfisch aus der Dose
- ½ TL frische Dillspitzen
- 1 TL frische Schnittlauchröllchen
- 1 EL Mayonnaise

Für das Petersilien-Öl:

- 100 ml Olivenöl
- 4 glatte Petersilienzweige (Blätter abzupfen)
- ½ geschälte Knoblauchzehe
- frischer Limonen- oder Zitronensaft zum Abschmecken

Zutaten Hauptspeise:

- 400 g Paella-Reis
- 10-15 Safranfäden
- 700 ml Fischfond
- 1 Zwiebel (schälen und in kleine Würfel schneiden)
- 1 Hähnchenbrust (in mundgerechte Stücke schneiden)
- 16 kleine Tintenfische
- 8 Garnelen
- 12 Miesmuscheln
- 1 rote Paprika (in kleine Stücke schneiden)
- 2 Knoblauchzehen (schälen und halbieren)
- Olivenöl

Zubereitung Vorspeise:

Olivenöl, Thymianzweige und Knoblauchzehen in eine Auflaufform geben, die Tomatenhälften darauf setzen, diese mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen und im Ofen bei 140°C (Ober-/Unterhitze) 1 Stunde garen; anschließend erkalten lassen.

Für die Füllung Thunfisch und Mayonnaise vermengen und mit Dillspitzen und Schnittlauchröllchen verfeinern.

Für das Petersilien-Öl Olivenöl mit Petersilienblättern und Knoblauch pürieren und mit Salz und Limonensaft abschmecken.

Kurz vor dem Servieren die Füllung in die Tomatenhälften geben, diese auf einen Teller setzen und mit dem Petersilien-Öl beträufeln.

Zubereitung Hauptspeise:

Die klein geschnittene Hähnchenbrust in der heißen Paella-Pfanne in Olivenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und zur Seite stellen. Danach die kleinen Tintenfische in die Paella-Pfanne geben, anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und zur Seite stellen. Eventuell noch etwas Olivenöl in die Paella-Pfanne geben, die Garnelen und die halbierten Knoblauchzehen dazugeben, anbraten, herausnehmen und zur

Seite stellen. Die Zwiebelwürfel mit dem Reis in die Paella-Pfanne geben, die Safranfäden darüber streuen, vermengen, anbraten und mit dem Fischfond ablöschen. Den Reis bissfest garen; danach die zuvor angebratenen Zutaten, klein geschnittene Paprikawürfel und Miesmuscheln dazugeben, mit einem Deckel oder mit Alufolie abdecken und 5 Minuten ziehen lassen.
Die Paella in der Pfanne sofort servieren.