



## Paella Salat

### Zutaten:

Hähnchenbrust  
Tortillas  
Gambas  
Bohnen  
rote Paprika  
Wildreis-Reis-Mischung  
Butter  
Zwiebel  
Knoblauch  
Zitrone, Orange  
Safran, Kurkuma  
Tomaten  
Lauchzwiebel, Brühe, Chiliflocken



### Zubereitung:

Nehmen Sie die frischen Tortillas und drücken Sie sie in Muffinförmchen oder ähnliche kleine Förmchen. Heizen Sie den Backofen auf 200°C Umluft vor und geben Sie die Tortillas für etwa 10 Minuten in den Ofen. Durch das Backen werden Sie fest und Sie haben danach Ihre „Gefäße“ für den Paella Salat.

Entfernen Sie Sehnen und Knorpel von der Hähnchenbrust, schneiden Sie sie in Würfel und braten Sie sie in einer Pfanne mit Öl oder Butter braun an.

Schälen und schneiden Sie die Zwiebel klein, geben Sie die Zwiebel in die Pfanne. Schälen Sie zwei Knoblauchzehen, schneiden Sie sie klein und geben Sie sie ebenfalls in die Pfanne. Schneiden Sie die Bohnen und die Tomaten klein und geben Sie sie auch in die Pfanne. Geben Sie den Reis dazu. Wenn Sie möchten würzen Sie mit ein paar Chiliflakes. Salz und Pfeffer nicht vergessen! Lassen Sie alles anschwitzen und anbraten und löschen Sie mit der Brühe ab. Schneiden Sie die Paprika klein und geben Sie sie auch dazu in die Pfanne.

Nehmen Sie die Tortillas aus dem Ofen, nehmen Sie sie aus den Förmchen und lassen Sie sie kurz abkühlen.

Reiben Sie etwas von der Schale einer Zitrone und einer Orange in die Pfanne mit dem Hähnchen. Pressen Sie anschließend den Saft der Orange und der Zitrone hinzu, etwas weniger Zitrone als Orange verwenden.

Erhitzen Sie Öl in einer Pfanne. Schälen Sie die Garnelen und braten Sie sie in der Pfanne aus. Mit Salz und Pfeffer würzen. Geben Sie eine Knoblauchzehe am Stück in die Pfanne.

Wenn die Paella durchgegart ist und der Reis fertig ist, hacken Sie ein paar Kräuter klein und geben Sie sie in die Paella dazu. Lassen Sie die Paella abkühlen. Befüllen Sie anschließend die Tortillaförmchen und garnieren Sie mit den Garnelen und ein paar Kräutern.

Fertig! Guten Appetit und viel Spaß beim Nachkochen.