



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Müttevazi Lezzetler® Kochrezepte

Paellareis

Paella



2 Gläser Reis
1 mittel grosse Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 kleine Aubergine
1 Paprika zum Füllen
1 rote Paprikaschote
1 Glas Erbsen aus der Dose
15 - 20 Pilze
1 Glas geriebene Tomaten
¼ TL Safran
1 ½ Gläser Olivenöl
1 KL rote Paprikapulver
1 KL Pfeffer
1 KL Salz
2 Gläser Wasser

#Zwiebel und Knoblauch dünn zuschneiden. Aubergine schälen, Pilze auswaschen und klein würfeln. Die Paprika säubern, entkernen und dünn zuschneiden. Safran in einem Esslöffel einlegen.

In einem Topf Olivenöl erhitzen und die Zwiebel hinzugeben und 5 Minuten dünsten. Danach Auberginen, Knoblauch und Paprika hinzugeben. Dünsten bis die Auberginen weich geworden sind.

Den ausgewaschenen Reis, Salz, rote Paprikapulver, Safran samt der Flüssigkeit und Pfeffer hinzugeben und weitere 5-6 Minuten dünsten.

Anschliessend geriebene Tomaten und zwei Gläser Wasser hinzugeben und umrühren. Auf den Reis zuerst die abgetropften Erbsen aus der Dose und danach die Pilze legen ohne es umzurühren.

Den Deckel des Topfes schliessen und zuerst bei mittlerer Hitze 15 Minuten danach bei niedriger Hitze 10 Minuten kochen. Nach einer Kochzeit von insgesamt 25 Minuten den Reis vom Herd nehmen und zwischen Deckel und Topf ein Papiertuch einlegen.

Nach der Zeit von einer halbe Stunde den Reis umrühren und heiss servieren.

Tipp: Paella ist ein Reis, der im 15 Jahrhundert von den Armen durch das Vermischen der Restspeisen der Reichen zubereitet wurde. Der Paellareis bei Müttevazi Lezzetler ist eine Zubereitung auf vegetarischer Basis. In die Paella können auch Schafffleisch, Hühnerfleisch und Meeresfrüchte gleichzeitig hinzugefügt werden.