

Spanisch: One Pot mit Huhn auf Paella-Art

Alles aus einem Topf, aber keine Suppe, sondern eher wie das beliebte Reisgericht aus Spanien. Dafür braucht man also einen besonders breiten und flachen Topf, damit die Hühnerstücke nicht übereinander, sondern eher nebeneinander liegen.



Zutaten für 8 Personen:

- 1 Huhn (1,5 bis 2 kg)
- 3 EL Olivenöl
- 1-2 Zwiebeln
- 4-5 Knoblauchzehen
- Salz
- Pfeffer
- ca. ½ l Wasser
- Paprikapulver (z.B. spanischer Rauchpaprika)
- 1 Möhre
- 1 Petersilienwurzel / Pastinake
- 1 Bleichselleriestange
- 1 Lauchstange
- ¼ Sellerieknolle
- 1 gelbe Paprika
- 1 rote Paprika
- 1-2 Zucchini (ca. 300 g)
- 200 g Champignons
- Petersilie
- 300-400 g geschälte, rohe Garnelen
- 1 TL Speisestärke
- einige Fäden Safran
- 300 g Rundkornreis

Zubereitung:

- Das Huhn zerlegen: Flügel und Schenkel jeweils im Gelenk zerschneiden und dann nochmal quer mit dem Küchenbeil in zwei Stücke hacken.
- Die Hähnchenteile mit Knochen zunächst im breiten, flachen Topf im heißen Öl rundum anbraten, dabei salzen, pfeffern und mit Paprika würzen.
- Das Brustfleisch auslösen, in ca. 2,5 cm große Würfel schneiden und mit Stärke einreiben. Ebenfalls rundum anbraten und mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Bruststücke herausheben und beiseitestellen (werden sonst trocken).
- Schließlich Zwiebel, Knoblauch, Champignons und auch die festen Gemüse wie Petersilienwurzel, Sellerie und Möhre, alles geschält und klein gewürfelt zufügen und zu-

erst mitbraten, dabei ebenfalls salzen und pfeffern. Alles mit Wasser knapp bedecken, die Hühnerkarkasse dazwischen betten. Aufkochen, dann zugedeckt eine halbe Stunde leise köcheln.

- In der Zwischenzeit die weiteren Gemüse vorbereiten: Bleichsellerie würfeln, Paprika mit dem Sparschäler schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Zucchini würfeln – wenn sie sehr groß sind, das wattige Innere wegwerfen. Kräuter waschen und von den Stielen zupfen.
- Garnelen längs halbieren, wenn nötig entdärmen, mit Stärke einreiben.
- Schließlich die Karkasse wieder aus dem Topf nehmen (diese kann man nun noch in einem Topf mit ein paar Wurzelabschnitten komplett zu einer Brühe auskochen. Da steckt noch jede Menge Geschmack drin). Stattdessen den Reis (Rundkornreis) in den Topf geben, aufkochen, Deckel drauf und alles langsam etwa 20 Minuten garziehen lassen.
- Safranfäden mit etwas Salz im Mörser etwas zerkleinern, dann mit einem Teelöffel Brühe oder heißem Wasser etwas auflösen und in den Topf geben.
- Für die letzten 5 bis 8 Minuten das Brustfleisch, Garnelen, Paprika, Bleichsellerie und Zucchini zufügen, eventuell nochmal die Würze und die Flüssigkeitsmenge regulieren. Ganz zum Schluss die Kräuter darübergerben und servieren.

Tipp: Knusperhaut. Dafür ein Stück Hühnerhaut auslösen, flach in eine Pfanne legen, eine zweite etwas kleinere Pfanne oder Topf zum Beschweren darauf stellen und bei nicht zu starker Hitze ausbraten lassen. So wird die Haut richtig kross und man kann sie sich am Ende, klein gehackt, über das Essen streuen – das schmeckt köstlich.

Getränk: entweder ein Glas gut gekühlten Weißwein oder einen herzhaften, leicht gekühlten Rotwein (zum Beispiel aus Spanien)