

Paella met vlees

Bereiden in: grote hapjespan - Paella pan

Voorbereiding: 15 min.

Bereiding: 45 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- 350 g paellarijst of risottorijst
- 500 g kip, bijvoorbeeld kippendijfilet of kipkarbonade in stukken
- 250 g varkensvlees, bijvoorbeeld procureur of hamlappen in blokjes of bami-nasi vlees
- 1 ui, fijngesnipperd
- 2 tenen knoflook, fijngehakt
- 1 rode paprika, in blokjes
- 150 g sperziebonen of snijbonen, in stukjes
- 2 tomaten, geraspt of fijngehakt
- 1 theelepel gerookt paprikapoeder
- Enkele draadjes saffraan of 1 theelepel kurkuma
- 1 liter kippenbouillon
- 1 takje rozemarijn
- Olijfolie
- Zout en zwarte peper

- Energie: 675 kcal
- Eiwitten: 42 g
- Koolhydraten: 78 g
- Waarvan suikers: 6 g
- Vetten: 21 g
- Waarvan verzadigd vet: 5 g
- Vezels: 5 g
- Zout: 2,2 g

Wist u dit

De echte Paella Valenciana wordt traditioneel niet met vis of zeevruchten gemaakt, maar juist met vlees, rijst, groenten, saffraan en soms konijn. Deze variant met kip en varkensvlees is daardoor heerlijk Spaans van smaak, maar

Textielstraat 13 | 7483 PC Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl



Paella met vlees

Bereiding

1. Verhit een flinke scheut olijfolie in een paella-pan of brede hapjespan. Bestrooi de kip en het varkensvlees met zout en peper en bak het vlees rondom mooi bruin. Neem hier rustig de tijd voor, want goed aangebakken vlees geeft veel smaak aan de paella.

2. Voeg de ui, knoflook, paprika en boontjes toe en bak deze enkele minuten mee. Doe daarna de tomaat erbij en laat dit kort meebakken tot het vocht iets verdampt is.

3. Roer het gerookte paprikapoeder en de saffraan of kurkuma erdoor. Voeg vervolgens de rijst toe en schep kort om, zodat de korrels de smaken opnemen.

4. Schenk de warme kippenbouillon erbij en leg het takje rozemarijn in de pan. Breng aan de kook en laat de paella daarna op middelhoog vuur rustig garen. Roer vanaf dit moment zo min mogelijk, zodat de rijst mooi kan garen en er onderin een licht krokant laagje kan ontstaan.

5. Laat de paella ongeveer 18 tot 20 minuten garen, tot de rijst gaar is en het vocht grotendeels is opgenomen. Zet het vuur de laatste paar minuten iets hoger voor een extra lekker krokant laagje onderin.

6. Haal de pan van het vuur, dek losjes af met aluminiumfolie of een schone doek en laat de paella 5 minuten rusten. Serveer direct uit de pan, eventueel met partjes citroen.

Kooktips

Roer de paella tijdens het garen niet te veel door. Juist door de rijst met rust te laten, krijgt de paella onderin dat geliefde krokante laagje: de socarrat. Voor veel Spanjaarden is dat het lekkerste deel van de pan.

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten