

Fideuà: Nudel-Paella mit Meeresfrüchten

Zutaten für die Nudelpfanne (für 3 Personen):

- 400 g Gabelnudeln
- 250 g küchenfertige Meeresfrüchte
- 3 EL Olivenöl
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 weiße Zwiebel
- 300 g passierte Tomaten
- 1 l Fischfond
- einige Safranfäden
- 1,5 TL Paella-Gewürz
- Salz
- Pfeffer
- frische Petersilie

Meeresfrüchte waschen und trocken tupfen. Zwei Drittel des Olivenöls bei mittlerer Temperatur in einer Pfanne erhitzen und die Meeresfrüchte kurz darin anbraten. Anschließend vorsichtig herausnehmen und zur Seite stellen. Dabei etwas Öl in der Pfanne lassen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen, in kleine Würfel schneiden und mit dem restlichen Olivenöl in der Pfanne anbraten. Die passierten Tomaten hinzufügen und 2-3 Minuten schmoren. Dann die Nudeln dazugeben. Alles gut vermischen, anschließend den Fond und die Gewürze hinzufügen. Zum Schluss die Meeresfrüchte unterheben. Tipp: Wer kein Paella-Gewürz zur Hand hat, kann Paprika-Pulver, mediterrane Kräuter und etwas mehr Safran verwenden.

Nudeln bei starker Hitze köcheln lassen, bis sie die gewünschte Konsistenz erreicht haben und die Flüssigkeit verdampft ist. Bei Bedarf weiteren Fischfond dazugeben.

Zutaten für die Aioli:

- 1 Ei
- nach Geschmack: Knoblauch
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 200 ml Sonnenblumenöl
- Salz
- Pfeffer

Knoblauch abziehen und klein hacken. Mit Ei, Öl und Zitronensaft in einen hohen Becher geben. Einen Stabmixer kurz über den Becherboden halten und auf höchster Stufe laufen lassen, bis alle Zutaten miteinander verbunden sind. Den Mixer erst zum Schluss langsam nach oben und unten bewegen, bis die Aioli eine gute Konsistenz hat. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Sendung/Quelle: Familien-Kochduell

Sendetermin: 08.07.2024

Koch/Köchin: Adrian Carrasco

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen