

Ekte spansk paella

Bjørg Krøgenes og mannen Jan elsker å feriere i Spania, og for å kunne lage ekte spansk paella hjemme i Norge, importerte de både oppskrift og utstyr til den spanske nasjonalretten. Her viser Bjørg oss hvordan paellaen lages.

VED ELLEN C. DAATLAND I SAMARBEID MED JAN OG BJØRG KRØGENES FOTO: ALF BÖRJESSON

Paella med kylling og skalldyr

Passer til paellapanne med diameter ca. 42 cm.

Tips: Finn fram og gjør klar alle ingrediensene før du begynner.

Til ca. 10 personer:

1 kg levende blåskjell

2 1/2–3 liter høsekraft (vann + 5–6 høsebuljongterninger)

4 kyllingfileter

ca. 2 dl olivenolje til steking

250–300 g ringer av blekksprut/akkar (ferske, hermetiske el. dypfryste og tinte)

ca. 500 g store reker m/ skall

ca. 500 g levende, hermetiske el. dypfryste hjerteskjell (kan sløyfes)

1 stor løk

3 fedd hvitløk

1 boks hermetiske tomater, hakket

1 kg rundkornet ris

2 porsjonspakker paellakrydder eller 2 ss paprikapulver, 1–2 klyper safran og

nellik, salt og pepper etter smak

ca. 250 g pillede reker

noen kokte sjøkreps

1–2 paprika, gjerne rød og grønn

100 g små, grønne selskapsreker

sitronkløfter

Tilbehør:

god, fersk loff

tørk, kald, gjerne musserende hvitvin, ev. iskaldt vann tilsatt sitron

Trinn 1–6:



1 Skyll blåskjell i en kum med kaldt vann, kast skjell som ikke lukker seg. Ha dem i varm panne og la dampe under lokk til skjellene åpner seg. Sil kraften og bland den med høsebuljong, til du har 2,5–3 liter. Ta ut innmaten av halvparten av blåskjellene.



2 Skjær kyllingfiletene i store biter eller tykke strimler. Varm litt olje i paellapannen. Stek kyllingfiletene raskt på begge sider og ta dem ut av pannen. Stek deretter blekksprut/akkar raskt under stadig omrøring og ta dem ut av pannen. Sett til side.



3 Stek reker med skall i pannen til skallet er lett brunet. Ta reke ut av pannen og sett dem til side. Skrap bort stekeskorpene fra bunnen av pannen og tørk den med husholdningspapir. Slå av varmen foreløpig. Bruker du levende hjerteskjell, skylles disse godt i kaldt vann.



4 Skrell løk og hvitløk. Grovhakk løken og finhakk hvitløk. Ha ca. 1 dl olje i varm panne. Stek grovhakket løk til den er myk og blank. Rør inn hvitløk og la steke litt til, under omrøring. Rør inn hermetiske tomater og la dette surre litt, over moderat varme.



5 Bruk stekespade med flat ende og rør inn ris og krydder. Rør inn kokvarm kraft litt etter litt, over god varme. Senk varmen og la risen småkoke i 10 minutter. Tilsatt kylling, blekksprut og levende hjerteskjell. Ikke rør i pannen etter dette, men rist den av og til.



6 Etter få minutters koketid danderes resten av ingrediensene over risen: hermetiske eller dypfryste, tinte hjerteskjell (dersom du ikke bruker levende), stekte reker, pillede reker, blåskjell, sjøkreps, paprika, erter. Når alt er gjennomvarmt, pyntes paellaen med sitronkløfter.

Tips

For informasjon om og eventuelt bestilling av panner, gassbrennere, paellakrydder med mer, kan du se på siden "Smått og godt". Eller gå inn på internet: PaellaSpesialisten.no.

