



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.ilezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU VE BALIKLI PAELLA

1/4 bardak zeytinyağı
1 bütün tavuk, 8 parçaya ayrılmış
2 adet ince kıyılmış soğan
5 diş sarımsak, dövülmüş
2 su bardağı kısa taneli beyaz pirinç
1/2 tatlı kaşığı safran, hafifçe ezilmiş
4 bardak sıcak tavuk suyu
1 cm kalınlığında dilimlenmiş 8 kalamar
12 adet ançüez
1 bardak dondurulmuş bezelye
limon dilimleri
Tuz
Karabiber

Fırını 220 oC'de ısıtınız.

Tavuk parçalarını tuzlayıp biberleyin

Orta hararetli ateşteki geniş bir tencerenin içinde zeytinyağını ısıtınız.

Tavuk parçalarını her tarafları esmerleşinceye kadar, kızartınız.

Tavukları tencereden alınız.

Soğan ve sarımsakları tencereye atınız.

Esmerleşmeye başlayana kadar karıştırarak, yaklaşık 10 dakika pişiriniz.

Pirinç ve safranı ekleyin, karıştırarak pirinçler saydamlaşana kadar pişiriniz.

Tavuk suyu ve tuz ilave edin, kısık ateşte tencerenin kapağını kapatarak pirinçler tavuk suyunun bir kısmını çekinceye kadar (pirinç hafif sulu kalmalı) demlendiriniz.

Tencereyi ateşten alınız.

Geniş, sığ bir fırın kabına pirinci boşaltınız.

Üzerine tavuk, kalamar ve ançüezi yerleştiriniz.

Bezelyeyi serpiştiriniz.

Alüminyum folyoyla fırın kabının üzerini kapatınız.

Paellayı tavuklar yumuşayıp midyeler açılıncaya kadar, yaklaşık 45 dakika, pişirin.

Folyoyu üzerinden atıp 10 dakika fırınlayın.

Limon dilimleriyle servis edin.

Not: İspanyol mutfağında pilavlar "Paella" olarak isim değiştirir. Paellalarda; birçok sebzeler, baharat ve otlar kullanılsa da deniz ürünlerinin çok yoğun kullanıldığı hemen dikkati çeker. Paellalarda daha çok kısa taneli beyaz pirinç kullanılır.

