



Współfinansowane przez
Unię Europejską



PROJEKT Erasmus+ VET 2023-24 "Staże w Hiszpanii kluczem do profesjonalizmu" Nr projektu nadany przez Fundację Rozwoju Systemu Edukacji 2023-1-PL01-KA121-VET000128322

PAELLA VALENCIANA

Normatyw surowcowy:

- 1 łyżka oliwy z oliwek
- pół całego kurczaka, pokrojonego na 6 kawałków
- pół królika, oczyszczonego i pokrojonego na kawałki
- 1 główka czosnku, oddzielone ząbki, obrane
- 1 średni pomidor, drobno posiekany
- 1 ciecierzycy
- 250 opakowanie mrożonego zielonego groszku
- pół opakowanie mrożonej fasolki szparagowej
- 1 łyżeczka łagodniej papryki,
- 6 szklanek wody, lub więcej w razie potrzeby
- sól do smaku
- 1 szczypta szafranu, lub do smaku
- 1 szczypta suszonego tymianku
- 1 szczypta suszonego rozmarynu
- 3 szklanki białego ryżu krótko ziarnistego



Źródło: Własne

Przygotowanie:

- Podgrzej patelnię do paelli na średnio-wysokim ogniu i posmaruj oliwą z oliwek.
- Dodaj kurczaka, królika i czosnek; gotuj i mieszaj, aż ładnie zbrązowieją.
- Przesuń zrumienione mięso na boki patelni i dodaj pomidory, fasolę, groszek i zieloną fasolkę.
- Dopraw papryką i dobrze wymieszaj.
- Napełnij patelnię do paelli prawie do pełna wodą, odmierzając wodę podczas jej dodawania, abyś mógł później określić ilość ryżu, którą należy dodać.
- Doprowadź do wrzenia. Gotuj na wolnym ogniu przez około 1 godzinę, aby uzyskać dobry bulion.
- Dopraw dużą ilością soli, wystarczającą ilością szafranu, aby uzyskać żółty kolor, tymiankiem i rozmarynem.
- Wymieszaj połowę ryżu z ilością wody dodaną do patelni.
- Przykryj, zmniejsz ogień do minimum i gotuj na wolnym ogniu, aż cały płyn zostanie wchłonięty, około 20 minut.