



Tatort: Düsseldorf | Mallorca

Startseite	Lesungen	El Gustario de Mallorca No. 3	El Gustario de Mallorca No. 2	El Gustario de Mallorca No. 1	Mörderisches Duett
Anthologien	Kulinarische Erlebnisse	Bildergalerie Düsseldorf	Bildergalerie Mallorca	Event buchen	Kontakt / Vita
Restaurants Düsseldorf	Restaurants Mallorca	Rezepte	Esskultur		
Rezepte Mallorca/Spanien		Rezepte Deutschland	Rezepte aus aller Welt		

Fideuá mit Seeteufel und Garnelen

Die kleine Schwester der Paella



(c) BIBOY2014

Zutaten für 4 Personen:

- 3 Paprikaschoten in unterschiedlichen Farben
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 750 g Tomaten
- 200 g rohe Garnelen, ohne Kopf, aber mit Schale
- 500g Fischfilet (Seeteufel, wahlweise auch Kabeljau)
- 4 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 5-6 Fäden Safran
- 1-2 TL Edelsüß-Paprika
- 400 ml Fischfond
- 300 g Fadennudeln (Fideos)
- 5-6 Stiele Petersilie

Und so wird es gemacht:

Paprika putzen, waschen und in dünne Streifen schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln, ebenso die Tomaten waschen und würfeln. Garnelen schälen, aber die Schwanzflosse dranlassen, am Rücken einritzen und entdarmen, falls noch nicht geschehen, dann waschen und trocken tupfen. Den Fisch ebenfalls waschen, trockentupfen und in Würfel schneiden. 3 EL Öl in eine ofenfeste Pfanne geben und erhitzen. Fisch und Garnelen darin pro Seite ca. 1 Minute braten und mit Salz und Pfeffer würzen, danach herausnehmen. In der Pfanne 1 EL Öl dazugeben, erneut erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch und Paprika darin anbraten. Tomaten hinzugeben und ca. 10 Minuten schmoren lassen. Mit Salz, Pfeffer, Edelsüß-Paprika und Safran würzen. Fischfond und 300ml Wasser angießen und aufkochen. Danach die Nudeln hinzugeben und unter mehrmaligem Rühren 8-10 Minuten garen lassen. Den Fisch und die Garnelen darauf verteilen. Die Pfanne nun in den heißen Herd schieben. E-Herd: 175°C/Umluft oder 150°C/Gas, Stufe 3, 15-20 Minuten backen. Petersilie waschen, fein schneiden und darüber streuen. Wer seine Fideuá noch etwas aufpeppen möchte kann natürlich auch noch gegarte Miesmuscheln und Venusmuscheln dazu tun.

Dazu passt ein trockener spanischer Rotwein vorzüglich, beispielsweise ein Tempranillo. Zur Geschichte der Fideuá mehr unter [Esskultur!](#)

Brigitte Lamberts
info@brigitte-lamberts.de

Brigitte Lamberts - Tatort Mallorca bei [Facebook](#)

