MEIN GENUSS



Jambalaya



It’s a match!

It's a match! Das Barbecue Louisiana Rub Gewürz sorgt für typischen Südstaaten-Flair!

Vorbereitung **15 min**

Niveau **Mittel**

Zubereitung **20 min**

Zubereitung

1. Das Hähnchenbrustfilet kalt abbrausen, trocken tupfen. Besonders hygienisch geht das mit Küchenkrepp. Anschließend in mundgerechte Stücke (etwa 2 cm groß) schneiden. Knoblauch und Zwiebeln schälen, fein hacken. Besonders fein gelingt das in einem Stabmixer oder einem elektrischen Zwiebelschneider. Anschließend die Paprika und den Staudensellerie putzen und nach deinem Geschmack würfeln.

2. In einer großen Pfanne das Öl erhitzen. Zuerst die Hähnchenbrust darin scharf anbraten. Nun das Fleisch herausnehmen und warmstellen. Es folgen der Knoblauch, die Zwiebel sowie Sellerie und Paprika. Sie werden lediglich gedünstet und sollen keine Farbe annehmen.

3. Rühre den Geflügelfond und die Gewürzmischung ein und gib die Hähnchenbrust wieder hinzu. Das Ganze darf nun kurz aufkochen. Zum Schluss gibst du den Reis dazu. Abgedeckt köchelt alles bei milder Hitze etwa 20 Minuten. Verwendest du anstelle der tiefgekühlten und gegarten Garnelen frische Meeresfrüchte, löst du sie jetzt aus ihrer Schale. Mit einer Drehbewegung trennst du Schwanz und Kopfteil und schälst sie. Am Rücken schneidest du sie bis zur Hälfte ein und entnimmst den schwarzen Darm.

4. Im letzten Schritt gibst du die Garnelen hinzu. Vorsichtig hebst du sie unter die Reismischung. Ist die Flüssigkeit aufgesogen, verfeinerst du das Jambalaya mit Muskat, Tabasco und bei Bedarf mit Salz und Pfeffer.

Zutaten

200 g Hähnchenbrustfilet
250 g Garnelen, TK, gegart und aufgetaut
Barbecue Louisiana Rub
2 Zwiebeln
1 Paprika, rot
1 Staudensellerie
600 ml Geflügelfond
300 g Langkornreis
0.5 Bund gehackte Petersilie
3 EL Öl

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt* auf deine nächste Bestellung.

*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 15.05.2027.