

SECONDI PIATTI

## Paella di frutti di mare

---

LUOGO: [Europa](#) / [Spagna](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [media](#)    PREPARAZIONE: [15 min](#)    COTTURA: [30 min](#)    COSTO: [elevato](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



Mentre la **paella tradizionale** è spesso preparata con **sola carne**, come **pollo** o **coniglio**, esistono delle versioni nate in Spagna nel corso dei secoli che prevedono l'utilizzo di **carne e pesce misti** o **solo pesce**, come nel caso della nostra **ricetta** di oggi: la **paella di frutti di mare**, infatti, prevede l'utilizzo di **crostacei** e **molluschi**, aromatizzati da aglio, peperoncino e zafferano, tutto cotto sapientemente nella **paellera tradizionale** per regalarti un **piatto unico, estivo e leggero!**

Prova la nostra ricetta con video e passo passo fotografico, porta in tavola la paellera ricolma di paella e vedrai gli occhi dei commensali sgranarsi

per la meraviglia!

Come da **tradizione spagnola**, la **paella di frutti di**

**mare** va servita con una buona caraffa di sangria!

Puoi terminare il pasto servendo dei freschi spiedini

di melone e anguria. Olè!

## INGREDIENTI PER LA PAELLA DI FRUTTI

### DI MARE

RISO 400 gr

CALAMARO 150 gr

SEPIE 150 gr

GAMBERONI 8

SCAMPI 4

GAMBERETTI 12

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE o 4

interi - 1 cucchiaio da tavola

PEPERONI (dolce) - 1

POLPA DI POMODORO PRONTA 8

cucchiari da tavola

BRODO DI PESCE ( doppio del volume del

riso) -

ZAFFERANO

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

300 gr

SPICCHIO DI AGLIO 3

## COME SI FA LA PAELLA DI FRUTTI DI MARE

- 1 Per cucinare la paella di frutti di mare, inizia da seppie e calamari già puliti di pelle ed interiora: sciacquali con acqua corrente fresca e poi tagliali, prima per il lungo e poi fino a ridurre le strisce di carne in cubetti di 2-3 cm.

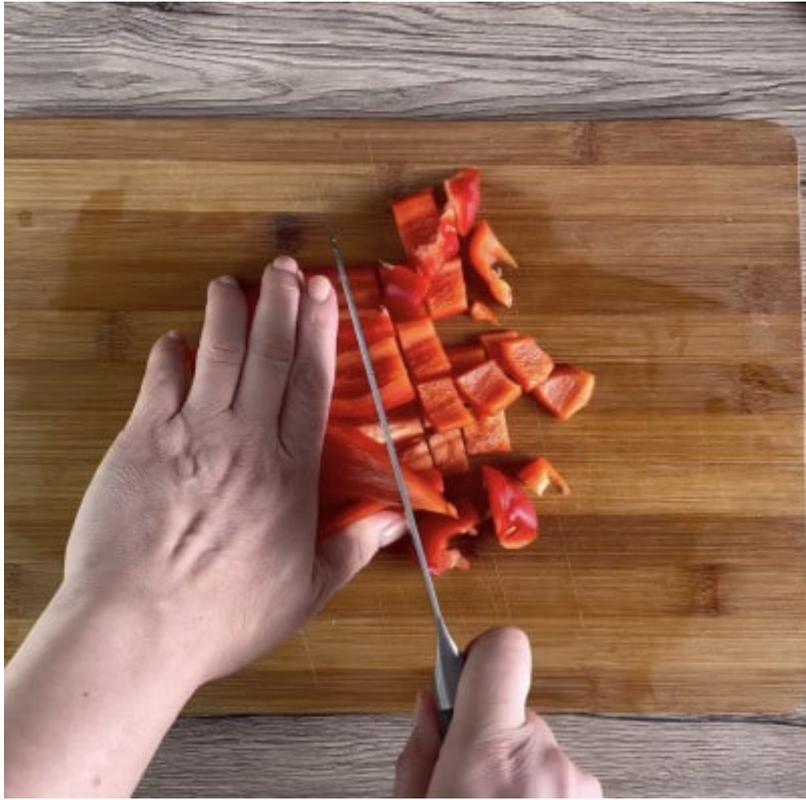




**2** Lava il peperone, taglia via il picciolo, aprilo e puliscilo dei semini interni, taglia la polpa del peperone in falde e poi riduci anch'esso in cubetti della stessa dimensione delle seppie e dei gamberetti.

Metti l'olio in una paellera, in alternativa utilizza una pentola larga e bassa. Accendi in fuoco e fai rosolare i gamberi e i gamberoni. Quando saranno rosolati da entrambi i lati,

toglili dal tegame e mettili da parte, al coperto.





**3** Nella paellera in cui sarà rimasto il liquido dei crostacei, metti a scaldare le seppie e i calamari.

Sbuccia e trita l'aglio e aggiungilo in cottura, mescola per far insaporire bene e poi aggiungi la polpa di pomodoro.



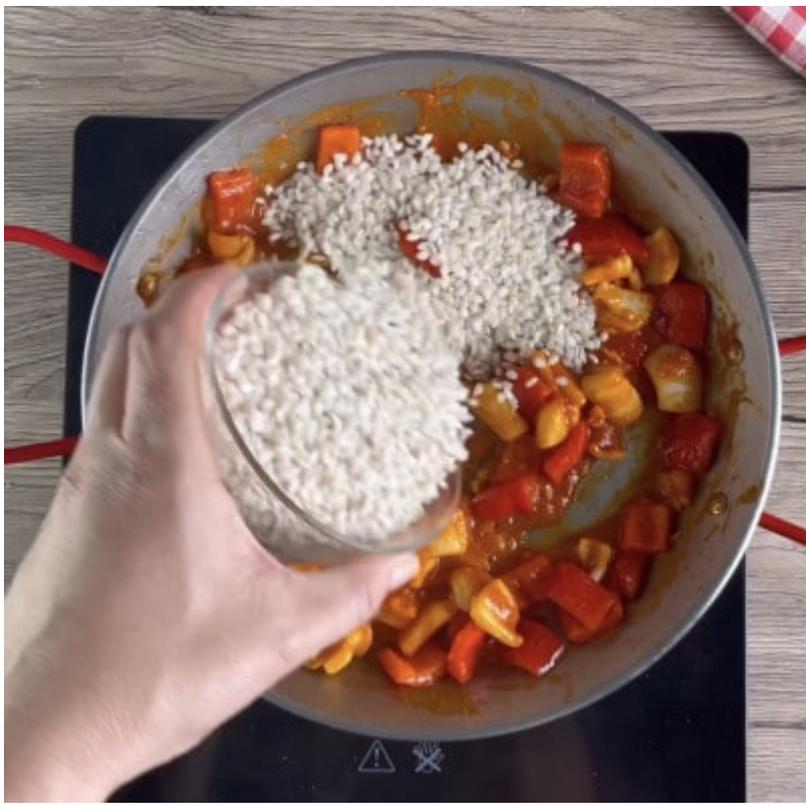


- 4 Fai insaporire, mescolando, per qualche minuto e poi aggiungi i peperoni, mescola ancora ed unisci il peperoncino, se usi i peperoncini interi ti consiglio di aprirli prima di aggiungerli al resto degli ingredienti.





**5** Aggiungi il riso, mescola e poi aggiungi il brodo, tranne un bicchiere che ti servirà tra poco.





- 6 Dopo circa una decina di minuti di cottura a fuoco vivace, il brodo sarà stato quasi tutto assorbito dal riso, prendi il bicchiere di brodo che hai lasciato da parte e scioglivi lo zafferano, aggiungi anche questo alla paella. Subito dopo, metti nel tegame anche i gamberetti e i gamberoni che avevi lasciato da parte.





**7** Termina la cottura quando pochi minuti dopo anche il brodo con lo zafferano sarà stato assorbito. Servi caldissimo, appena tolto da fuoco.



SE TI È PIACIUTA LA PAELLA DI FRUTTI DI MARE, PROVA ANCHE  
QUESTE RICETTE:

Paella valenciana ricca e gustosa

Paella de mariscos

Pella alla Perellada

Fideuà con seppie

Arroz con pollo