



Cataplana

• **Schwierigkeitsgrad:** Leicht

• **Portionen:** 4

• **Vorbereitungszeit:** 15m

• **Zubereitungszeit:** 40m

• **Fertig in** 55m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '55', 'cook_time' : '40m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Warum nicht einmal den traditionellen, portugiesischen Eintopf für jeden Tag?

Zutaten

- 400 g schierer Schweinenacken in 2 x 2 cm großen Würfeln
- 200 g Paprika Wurst in Scheiben (Chorizo oder ev. Kabanossi)
- 4 mittelgroße Zwiebeln in Scheiben
- 2-4 fein geschnittene Knoblauchzehen nach Geschmack
- 250g Dosentomaten, abgetropft
- 250 ml trockener Weißwein
- Etwas Olivenöl
- 900 g T.K. Meeresfrüchte aus je:
 - 200 g geschälten TK - Garnelen
 - 400 g geputzte T.K. Muscheln
 - 300 g Calamaretti
- 1 kleines Bund Petersilie, gehackt
- ½ Bund Koriandergrün, gehackt
- 1 kleine Chilischote, fein gewürfelt
- 2 Lorbeerblätter
- Salz, Rosenpaprika

Zubereitungsart

Schritt1

Der Ansatz:

Schritt2

Das Schweinefleisch zunächst in einem ausreichend großen „Bräter“ in Olivenöl anbraten, Farbe nehmen lassen. Die Zwiebeln, den Knoblauch und die Paprikawurst hin zu fügen, mit Salz und Rosenpaprika würzen.

Schritt3

Mit dem Weißwein und den grob gehackten Tomaten aufgießen, Lorbeer dazu geben. Ca. 10 min. köcheln lassen.

Schritt4

Die Muscheln und Garnelen hinzu fügen und für weitere 15 min. mit geschlossenem Deckel in den auf 220° C vorgeheizten Backofen schieben.

Schritt5

Erst dann und um ein „Zäh werden“ der Calamaretti zu vermeiden, diese für 4 - 5 min. dazu geben.

Schritt6

Anrichtevorschlag:

Schritt7

Kurz vor dem Servieren die Kräuter darüber geben; dazu reicht ein frisches, warmes Baguette.

Rezeptart: National / Regional **Tags:** eintopf

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/cataplana/>