



Foto: Ulf Svensson

Sommarpaella

Ingredienser 4 personer

3 dl	ris, långkornigt
2 msk	seafood & fish-krydda, (Santa Maria)
500 g	räkor, med skal
1 burk	kräftstjärtar, i lake (350 g)
1 knippa	salladslök
1 paket	babyspenat, färsk (80 g)
1,5 dl	ajvar relish, stark

Tillagning

20 min. Smak och färg får paellan av kryddmixen seafood & fish som bland annat innehåller saffran, fänkål och dill.

1. Koka riset med kryddan enligt förpackningens anvisning. Låt riset kallna.
2. Skala räkorna och låt kräftstjärtarna rinna av. Skär salladslöken i tunna ringar. Blanda det kalla riset med räkor, kräftstjärtar, salladslök och spenat.
3. Servera paellan med ajvar relish och bröd.

Ca 485 kcal per portion:

4 g fett • 30 g protein • 80 g kolhydrater