

Cataplana für 4 Personen

- Insgesamt ca. 1.200 g Fisch
 - o Rotbarsch
 - o Dorade
 - o Kabeljau oder / und
 - o Seeteufel oder / und
 - o Schwertfisch
 - o Optional Lachs, siehe 11.)
- Zuzüglich 1 kg Miesmuscheln



- 500 g kleine, festkochende Kartoffeln
- 1 große Zwiebel
- 100 g Chorizo
- 80 g Speck
- 1 Dose Tomaten, geschält
- 2 Paprikaschoten (gelb, rot)
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zitrone
- 150 ml Portwein
- 150 ml Weißwein
- 4 EL Olivenöl
- 1 Chili, fein gehackt
- 2 TL Paprikapulver edelsüß
- 1 EL Tomatenmark
- Salz, schwarzer gemahlener Pfeffer
- 5 Thymianzweige
- 2 Lorbeerblätter
- 1/2 Bund Koriander
- 2 EL gehackte Petersilie
- Tabasco

-
1. Miesmuscheln müssen vor der Zubereitung noch lebend sein! Beschädigte Muscheln deshalb aussortieren. Geöffnete Muscheln mehrmals klopfen, wenn diese sich nicht schließen, diese auch aussortieren. Die geschlossenen Muscheln in kaltem Wasser ca. 1 Stunde wässern, das Wasser dabei mehrfach wechseln. Muscheln, die sich beim Wässern nicht geöffnet haben, dann ebenfalls aussortieren.
 2. Kartoffeln schälen, halbieren und in gesalzenem Wasser 15 Min. kochen.
 3. Fisch kalt waschen, abtrocknen und in große Würfel schneiden.
 4. Chorizo in dicke Scheiben und den Speck in kleinere Würfel schneiden.
 5. Zwiebeln in halbierten Scheiben schneiden, Paprika entkernen und in größere Stücke schneiden, Knoblauchzehen fein hacken.
 6. Chili entkernen und fein hacken. Petersilie ebenfalls fein hacken, die Zitrone auspressen.
-
7. Zwiebel, Knoblauch, Chili, Speck im Olivenöl in der Cataplana oder im Bräter anbraten.
 8. Tomatenmark und Paprikapulver hinzugeben und kurz rösten.
 9. Dose geschälte Tomaten hinzugeben, mit Wein und Zitronensaft aufgießen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und 5 Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen.
 10. Kartoffeln, Fischwürfel (ohne Lachs), Chorizo, Paprikawürfel, Thymian, Lorbeerblätter und zuletzt die Muscheln hinzugeben, 10 Minuten in der geschlossenen Cataplana / Bräter kochen lassen.
 11. Optional jetzt die Lachswürfel hinzugeben, bei niedriger Temperatur weitere 10 Minuten in der geschlossenen Cataplana / Bräter köcheln lassen.
 12. Muscheln die sich nicht geöffnet haben, aussortieren. Korianderblätter (ohne Stiele) gemeinsam mit der Petersilie überstreuen, einige Spritzer Tabasco hinzugeben und mit Baguette servieren.