

PÅ TALLRIKEN:

MATBLOGG MED LOKALA RÅVAROR I FOKUS

INKÖPSLISTA

ROBBANS SKALDJURSPAELLA

8 personer:

Buljong/ fond till skaldjurspaella	Paellan
<ul style="list-style-type: none">• Olivolja (virgen extra 0,5-1 dl)• Räkskal (2 nävar)• Purjolök (Blasten från 1 st)• Gul lök (1/2)• Morot (1 st)• Fänkål (1/2)• Vitlök (1 skivad klyfta)• Torkad chilifrukt (1 st sötrökt och svag, inte för het och utan kärnor)• Vitpepparkorn (10 st)• Tomatpuré (3 msk)• Vitt vin (1 glas)• Saffran (1 pkt)	<ul style="list-style-type: none">• 8 större räkor med skal - t ex argentinska rödräkor• 24 st wannameiräkor• 8 havskräftor• 1-2 bläckfisktuber• 1 gul lök• 1 mellanstor purjolök• 2 vitlöksklyftor• 4 mogna kvisttomater• 1 burk krossade tomater• 6,4 dl bombaris• 1 nät blåmusslor• 1/2 nät snäckor/hjärtmusslor• 500 g vit fisk, t ex torsk-, kolja- eller sejfilé• 3 dl gröna ärtor• 2 grön paprikor• 2 dl olivolja (extra virgen)• Vitpeppar• Salt• Chilipulver• Sötrökt paprikapulver (pimenton dulce)• 1 kruka persilja <p>Att servera till:</p> <ul style="list-style-type: none">• 2-3 citroner• 1 baguette