

## New Orleans Gumbo: Amerikanischer Eintopf mit Garnelen

VORBEREITEN

25  
Min.

ZUBEREITEN

130  
Min.

NIVEAU



kommen viele Gewürze, Gemüse und die typisch dunkle Mehlschwitze (Roux). Köstlich! Ein Topf voll mit allem, was das Herz bzw. der Gaumen begehrt!

- 1 -

Hähnchen in Stücke schneiden. Petersilie fein hacken. Paprika entkernen und in Würfel schneiden. Knoblauch schälen und klein hacken. Zwiebel schälen und würfeln.

- 2 -

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen. Hähnchen, Petersilie, Zwiebel, Knoblauch und Paprika hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer, Thymian, Cayenne Pfeffer, Knoblauch- und Paprikapulver würzen. Hitze reduzieren und unter gelegentlichem Rühren 1 Stunde köcheln lassen.

- 3 -

Bratwurst in Scheiben schneiden. In den Topf geben und unter gelegentlichem Rühren 1 weitere Stunde abgedeckt köcheln lassen.

- 4 -

Öl in einer Pfanne erhitzen und Mehl hinzufügen. Hitze reduzieren und unter Rühren ca. 15 Minuten braten, bis es dunkelbraun wird. In den Topf geben und gut unterrühren.

- 5 -

Unter stetigem Rühren Eintopf mit heißem Wasser aufgießen. Okragemüse, Krabbenfleisch, Garnelen und Austern hinzugeben. Einmal aufkochen, Hitze reduzieren und ca. 10 Minuten köcheln lassen.

### Zutaten für 15 Portionen

1 1/2 l Wasser  
 960 ml heißes Wasser  
 500 g Hähnchenbrustfilet  
 900 g Bratwurst  
 450 g Okra Gemüse  
 1 grüne Paprika  
 170 g Krabbenfleisch  
 900 g Garnelen  
 220 g Austern  
 1 Teelöffel getrockneter Thymian  
 1 Zwiebel  
 1/2 Bund Petersilie  
 5 Knoblauchzehen  
 90 g Pflanzenöl  
 125 g Mehl  
 2 Esslöffel Salz  
 1 Esslöffel Knoblauchpulver  
 1 Esslöffel Paprikapulver  
 1 Teelöffel Pfeffer  
 1 Prise(n) Cayenne Pfeffer

In diesen deftigen Eintopf treffen Fleisch und Fisch zusammen. Denn zu Hähnchen und Bratwurst gesellen sich noch Austern, Krabbenfleisch und Garnelen. Dazu