

SINGLE REZEPT


DER FRISCH-FISCH

Muscheln

Moules marinières

1 Person 1 kg Muscheln geputzt

100 g Gemüse (Karotten, Sellerie, Lauch)

1 Zwiebel, gehackt

2 Knoblauchzehen, gehackt

1 dl Fischfond

1 dl Weisswein

2 EL Olivenöl

Lorbeerblatt

Thymian

Petersilie, gehackt

Salz und Pfeffer aus der Mühle



SINGLE REZEPT

Serie Zwei
24/32

von Andreas Altorfer

Muscheln Moules marinières

Muscheln unter fliessendem Wasser abspülen. Zwiebel und Knoblauch im Olivenöl andünsten. Gemüse dazu, mitdünsten. Muscheln in den Topf geben. Alles sorgfältig vermengen. Mit Weisswein ablöschen. Fischfond dazu. Kräuter dazu. Zugedeckt 6–8 Min. bei reduzierter Hitze dämpfen. Abschmecken. Anrichten. Mit frischem Baguette oder «Frites» servieren.

Wichtig!

Beschädigte Muscheln nicht verwenden.

Nach dem Kochen noch geschlossene Muscheln nicht verzehren.