

Muscheln rheinischer Art

Fisch-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

- » 1 Möhre(n)
- » 100g Sellerie
- » 1 Stange Porree
- » 50g Butter/Margarine
- » 2 Bd. Petersilie
- » 4kg Muscheln
- » 150g Zwiebel(n)
- » Salz & Pfeffer
- » 300ml Weißwein
- » 1 Lorbeerblatt/ -blätter

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

16-20€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Möhre und Sellerie abbrausen, schälen und würfeln. Porree längs halbieren, abbrausen und abtupfen. Die dunkelgrünen Blätter abschneiden. Das Weiße wie das Hellgrüne in feine Würfel teilen. Butter in kleine Stücke schneiden und kalt stellen. Petersilie abbrausen, trockenschütteln und die Blättchen abtupfen. Einige davon zum Garnieren beiseite legen und die restlichen Blätter fein hacken.

2. Muscheln unter kaltem Wasser mit einer kleinen Bürste kräftig abbürsten, dabei anhaftenden Sand und andere kleine Muscheln entfernen. Den Muschelbart mit dem Daumen und einem kleinen Messer fassen und herausziehen. Weit geöffnete und zerbrochene Muscheln aussortieren. Die geputzten Muscheln ca. 20min in kaltes Wasser legen, damit der Sand ausgespült wird. Anschließend nochmals kurz abbrausen und gut abtropfen lassen.

3. Zwiebeln abziehen und in feine Würfel schneiden. 20g Butter in einem großen Topf erhitzen. Zwiebelwürfel dazugeben und unter Rühren glasig andünsten. Möhren- und Selleriewürfel zu den Zwiebeln geben und kurz mitdünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Gemüse mit dem Weißwein ablöschen, kurz aufkochen und dann bei geringer Hitze ca. 2min köcheln lassen. Das Lorbeerblatt zufügen.

4. Die abgetropften Muscheln in den Topf geben. Bei starker Hitze und aufgelegtem Deckel ca. 8min garen, bis sich die Schalen öffnen. Mit einer Lochkelle die Muscheln aus dem Sud nehmen und in tiefen Tellern anrichten. Dabei Muscheln, die sich beim Garen nicht geöffnet haben aussortieren.

5. Sud mit Salz und Pfeffer abschmecken. Lorbeerblatt entfernen. Petersilie und restliche Butter zufügen, nochmals kurz aufkochen und über die Muscheln gießen. Muscheln mit den Petersilienblättern garnieren. Die Muscheln zum Verzehr aus der Schale lösen, dabei eine leere Muschelschale als Zange benutzen.

Tipp: Miesmuscheln verwenden.

Nährwerte: 250kcal/E27g/F14g/KH16g pro Portion

angelegt am: 02.03.2005

Rezept-Nr: 1603

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke