

„Moules frites“

Muscheln im Weinsud gekocht, mit hausgemachten Pommes Frites

„Moules á la crème“

Muscheln in cremiger Sahnesauce mit frischem Baguette

„Moules á la provencale“

Muscheln in provenzalischer Tomatensauce mit Knoblauch-Kräuterbaguette

Zutaten je 1 Person, bei Bedarf hochrechnen



www.brutschla.de

Zutaten:

„Moule frites“

500 g Muscheln als Vorspeise

oder

800 g – 1 kg als Hauptspeise

Olivenöl

Schalotten,

Knoblauch

Kräuter der Provence

Weißwein

Zutaten:

„Moule á la crème“

500 g Muscheln als Vorspeise

oder

800 g – 1 kg als Hauptspeise

Olivenöl

Schalotten, Knoblauch

Kräuter der Provence

Beurre-Marnie

Weißwein

100 ml Sahne

Zutaten:

„Moule á la provencale“:

500 g Muscheln als Vorspeise

oder

800 g – 1 kg als Hauptspeise

Olivenöl

Schalotten,

Knoblauch

Kräuter der Provence

150 ml Tomatensaft

Gewürzmischung Baguette

Petersilie

Zubereitung „Moule frites“:

Im Muscheltopf: Olivenöl, Schalotten, Knoblauch anschwitzen, die Muscheln dazu und mit 150 ml Weißwein ablöschen. Mit Kräutern der Provence und Gewürzmischung abschmecken (Mengen bei Bedarf anpassen).

Beilage: Rohe Pommes blanchieren bis sie weich werden, dann bei 180 Grad fertig frittieren.

Zubereitung „Moule á la crème“:

Wie Muscheln im Weinsud.

Wenn die Muscheln gar sind, aus dem Sud herausnehmen. 100 ml Sahne dazugeben und mit Beurre-Marnie abbinden. Abschmecken, Muscheln noch einmal erwärmen (Mengen bei Bedarf anpassen).

Zubereitung „Moule á la provencale“:

Im Muscheltopf: Olivenöl, Schalotten, Knoblauch anschwitzen. 150 ml Tomatensaft, Kräuter der Provence, Gewürzmischung, 500 g Muscheln dazugeben und kochen.

2 EL Tomatenwürfel und frisch gehackte Petersilie dazugeben. 5 Scheiben Baguette in einem EL Knoblauchöl und frischer Kräuterbutter goldgelb braten (Alle Mengen nach Bedarf anpassen).