

Rezept des Monats

November



Muscheln in Tomatensoße

Zubereitung:

Das komplette Gemüse wird gewaschen, geschält und in mundgerechte Würfel zerkleinert.

Danach wird das Olivenöl in einem Topf erhitzt. Achtung nicht zu heiß werden lassen.

Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten.

Möhren und Sellerie zugeben und 2–3 Minuten mitdünsten.

Lauch, Lorbeer und Chilischote zugeben und weitere 2 Minuten mitdünsten.

Tomatenmark zugeben und unter Rühren andünsten.

Mit Weißwein ablöschen und etwas einkochen lassen. Tomaten mit dem Saft zugeben. Gemüse mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen. Danach wird der Sud circa 15 Minuten bei mittlerer Hitze gegart.

Inzwischen die Muscheln unter fließend kaltem Wasser waschen, wenn nötig, die Bärte entfernen. Offene und beschädigte Muscheln wegwerfen.

Muscheln gut abtropfen lassen, in den Topf mit dem Gemüse geben und 8–10 Minuten garen. Petersilienblätter abzupfen und fein hacken. Geschlossene Muscheln nach Ende der Garzeit aussortieren.

Mit Pfeffer würzen und mit Petersilie bestreut servieren.

Geöffnete Muscheln müssen unbedingt aussortiert werden.

Viel Spaß beim Nachkochen wünscht das
Küchenteam!



... iss einfach gut!



Zutaten

Für 4 Portionen

- 150 g Möhren
- 50 g Knollensellerie
- 150 g Lauch
- 200 g Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Dose geschälte Tomaten
- 4 El Olivenöl
- 2 Lorbeerblätter
- 1 getrocknete Chilischote
- 1 El Tomatenmark
- 250 ml Weißwein
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 2 kg Miesmuscheln
- 1 Bund Petersilie