

## **Klassikeren Moules marinières**

Blåmuslinger er sund, billig og bæredygtig fastfood. Vandet omkring Nyborg er rent nok til at man kan høste muslinger, specielt Storebæltskysten. De har godt af at gå i rindende vand i et par dage, så er der ikke så meget sand i.

Her vil vi serverer dem på ærkeklassisk og fransk manér. Franskmænd og koner ville spise pommes frites til – de barbarer.

Marinieres betyder ikke marineret, men i stedet sømandskonens.

### **Moules marinières**

#### **Til 4 personer.**

3-4 kg. blåmuslinger (til hovedret, til forret er det nok med 0,5 kg. til hver)

3 hvidløgsfed

2 store skalotteløg

½ dl god olivenolie eller 50 gr. smør

1 fl. tør hvidvin

1 økologisk citron

1 laurbærblad

1 timiankvist

Salt

Peber

1 lille bundt. Persille

Et godt lyst brød

#### **Sådan gør du:**

Rens muslingerne. Skrab dem for sand og fjern skægget. Brug en pillekniv, så er det lettere at få fat i skægget. Kyl de muslinger ud som ikke lukker sig ved et let slag på skallen.

Pil og hak hvidløgsfeddene fint. Pil og hak løgene fint. Skræl citronen og undgå at få det hvide med. Snit det fint.

Varm olie eller smør op i en stor gryde, og sautéér løg, hvidløg og citronskal. Når løgene er klare smækker du ½ fl. hvidvin og saften af citronen, laurbær og timian i og koger et øjeblik. Kast muslingerne i gryden.

Læg låg på, og lad dampe – ryst gryden regelmæssigt – indtil muslingerne har åbnet sig. Afhængig af mængden tar det ca. 10 min. Tag muslingerne op – og kassér dem som ikke har åbnet sig.

Indkog kogelagen lidt, og smag til med salt og peber.

Fordel muslingerne i 4 store tallerkner, vend dem lige inden servering med rensset hakket persille og fordel saucen over muslingerne.

**Tip:** Kogelagen kan snildt indkoges med piskefløde – det bliver den ikke ringere af.

Er man til croutoner, så dryp brødsiver med god olie, rist dem hårde i ovnen og riv/høvl et fed hvidløg på brødet.

Som i kan se er der næsten ikke tale om alkoholiske drikke i denne opskrift.

Kun den hærde læser vil opdage hvor.

Det skyldes blandt andet, at det er den første opskrift som vores juniorkokkeskole skal kaste sig ud i og vi vil i hvert fald ikke lede dem i fordærv.

Frank