

Wir servieren
Ihnen Küchen
für Gourmets

La Cuisine
KÜCHENSTUDIO

74889 Sinsheim
Lange Straße 22
Tel. 07261-13010

Pot-Au-Feu von Miesmuscheln

Rezept-Info:

Personenzahl: 4 Stück

Menü: Vorspeise

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten:

2 kg	Miesmuscheln	½	Knoblauchzehe
2	Fenchelknollen mit Grün	50 g	Staudensellerie
2	Schalotten	20 g	geklärte Butter (Butterfett)
1 Zweig	frischer Thymian	¼ l	trockener Weisswein
¼ l	Fischfond	0,4 l	Sahne (30% Fett)
1 Msp.	Safranfäden	80 g	kalte Butterwürfel
1	Zitrone		Salz, weißer Pfeffer
2 cl	Pernod	20 St.	blanchierte Karottensterne

Zubereitung:

Die Muscheln sehr gut bürsten, waschen und die Bärte entfernen. Die Knoblauchzehe abziehen und den Fenchel putzen. Das Grün für die Garnitur beiseite stellen. Nun die Fenchelherzen in feine Streifen schneiden, blanchieren und beiseite stellen. Das Fencheläußere, den Sellerie und die abgezogene Schalotte zerkleinern. Das Butterfett erhitzen und die Muscheln darin anschwitzen. Den Knoblauch, das zerkleinerte Gemüse und den Thymian zufügen und 1 Minute mitschwenken. Das Ganze mit Wein ablöschen, mit Fond auffüllen und zugedeckt etwa 7 Minuten köcheln lassen bis sich alle Muscheln geöffnet haben. Nun die Muscheln mit einer Schaumkelle herausheben und das Fleisch aus den Schalen lösen. Den Fond durch einen Sieb gießen, wieder erhitzen und auf die Hälfte der Flüssigkeit einkochen. Die Sahne und den Safran unterrühren und wieder etwas reduzieren. Bei milder Hitze die Butter zufügen und bis zur leichten Bindung köcheln. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Pernod abschmecken. Jetzt das Muschelfleisch und die Fenchelstreifen in die Suppe geben und heiß werden lassen. Auf vorgewärmte Teller verteilen und mit Karottensternen und dem Fenchelgrün verzieren. Für die Herstellung der Karottenstreifen eine dicke geschälte Karotte der Länge nach in 2 mm feine Scheiben schneiden (geht am besten mit der elektrischen Aufschnittmaschine) und aus den einzelnen Scheiben mit entsprechenden Formen Sternchen ausstechen. Die Sternchen 2-3 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken.

Guten Appetit wünscht das Team von La Cuisine. www.lacuisine.de