

MIESMUSCHELN IN SAFRAN-SAHNESAUCE

Vor September geht in unseren Gefilden nicht viel in Sachen Miesmuscheln. Frühere Zeiten haben unseren Muschelhunger geprägt, denn einst, als es noch keine Kühlmöglichkeit gab, lieferte man die empfindlichen Meeresfrüchte nur von September bis April ins Binnenland.

Auch die sommerliche Algenblüte ist ein Grund dafür, wieso unsere Vorfahren von Mai bis August die Finger von den Schalentieren ließen. Muscheln filtern das Meerwasser und nehmen dabei freigesetzte Algengifte auf, die schädlich für uns sind. Heutzutage werden die Muscheln vor dem Verkauf meist noch in überwachten Wasserbecken gehalten und die Lebensmittelkontrolleure haben zudem ein Auge drauf.

Für alle, die jenseits der rheinischen und der mediterranen Zubereitungsart etwas Inspiration suchen: Ich serviere die Schalentiere gern in einer würzigen Sahnesauce.

Das benötigt ihr für die 2 Portionen: So wird's gemacht

Miesmuscheln	2 kg
mittelgroße Zwiebel	1
Sellerie	50 g
Petersilienwurzel	50 g
Butter	50 g
Sahne	200 ml
Gemüsebrühe oder Wasser	100 ml
Lorbeerblätter	2
Pimentkörner ein paar Safranfäden	4
Prise Meersalz (Fleur de sel)	1
Pfeffer aus der Mühle	½ TL
Chili (Schärfe nach Belieben)	½
kleine Karotte	1
Lauchzwiebel	1
Bio-Zitronenabrieb	1 EL
glatte Petersilie, fein gehackt	2 EL
Dill, fein gehackt	1 EL

Dazu schmeckt...

Weißbrot/ Baguette oder Pasta

Kauft Ihr eingeschweißte, in Schutzatmosphäre abgepackte Muscheln, öffnet zuerst die Packung und lasst die leckeren Meeresfrüchte rund **10 Minuten** aus dem Dämmernd schlafen erwachen. Dann sortieren – nur unbeschädigte Muscheln landen im kalten Wasserbad. Oft sind die Muscheln aber schon komplett sauber, daher reicht es auch, sie kurz kalt abzubrasen. Schließen sich die Muscheln beim Kontakt mit dem Wasser auch nach mehreren Minuten nicht, dann sollte man sie wegwerfen.

Los geht's mit dem Sud: Zwiebel, Sellerie und Petersilienwurzel schälen und in sehr feine Würfel oder Streifen schneiden.

Butter in einem großen Topf erhitzen und das Gemüse darin kräftig anschwitzen, bis es leicht braun wird.

Wasser und Sahne angießen.

Lorbeerblätter, Pimentkörner, Safranfäden sowie Zitronenabrieb zum Sud geben und leicht mit Salz und Pfeffer würzen.

Chili entkernen und in sehr feine Ringe schneiden und hinzufügen.

Sud ca. **10 Minuten** bei offenem Deckel und wenig Hitze köcheln und reduzieren lassen. Er soll schön sämig werden. Immer wieder umrühren.

Währenddessen Möhre waschen und mit dem Zestenreißer, Spiralschneider oder mit dem Messer in sehr dünne Streifen schneiden.

Lauchzwiebel waschen und in sehr feine Ringe schneiden.

Mit einem Löffel Lorbeerblätter und Piment aus dem Sud fischen und dann die Muscheln hineinkippen.

Möhrenstreifen sowie Lauchzwiebelringe obenauf platzieren.

Topfdeckel schließen und alles einmal kräftig aufkochen lassen.

Hitze reduzieren, Muscheln umrühren und dann **6 bis 8 Minuten** im geschlossenen Topf garen. Haben sich die Muscheln geöffnet, können sie gegessen werden. Fest verschlossene Muscheln entsorgen. Entdeckt Ihr zumindest einen Spalt, dann könnt ihr versuchen, die Schale zu öffnen. Geht das super leicht, dann ist die Muschel noch in Ordnung. Müsst Ihr Gewalt anwenden, dann war die Muschel in der Regel vor dem Kochen bereits tot – wegwerfen!

Muscheln auf Teller verteilen und Sauce darüber träufeln. Mit Petersilie und Dill garnieren.