

Rainer Klutsch Miesmuscheln mit Sauce Rouille

Freitag, 3. September 2021
Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: Leicht
Mediterran, Feine Küche

Zutaten:

Für die Sauce Rouille:

2	Kartoffeln, vorwiegend festkochend
etwas	Salz
1	rote Paprika
100 ml	Olivenöl
1	Chilischote
1	kleine rote Zwiebel
1	Bio-Zitrone
1	Eigelb
etwas	schwarzer Pfeffer
1 Msp.	Safranfäden

Für die Muscheln:

1 kg	Miesmuscheln
3	Karotten
100 g	Sellerie
2	rote Zwiebeln
1	Knoblauchzehe
400 g	Tomaten
5 EL	Olivenöl
300 ml	Weißwein
1 TL	Fenchelsaat
1 TL	Anis
1	Lorbeerblatt
1 Bund	glatte Petersilie
etwas	Salz
etwas	Pfeffer

Zusätzlich:

½	Baguette
etwas	Olivenöl
100 g	Parmesan

Zubereitung:

1. Für die Sauce Rouille die Kartoffeln gründlich waschen, in leicht gesalzenem Wasser garen. Dann abgießen, erkalten lassen und pellen. Kartoffeln grob würfeln.
2. Die Paprika waschen, halbieren und entkernen, sowie die Seitenwände entfernen. Anschließend die Paprika in Stücke schneiden.
3. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen und die Paprika darin kurz anschmoren.
4. Die Chilischote waschen, halbieren, die Kerne entfernen und Chili fein würfeln.
5. Die Zwiebel schälen und fein würfeln.
6. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.



7. Kartoffeln, geschmorte Paprika, Chili und Zwiebel mit Eigelb, Pfeffer, Safran, Salz, Zitronensaft und -abrieb in den Mixer geben und zu einer glatten Sauce mixen.
8. Nach und nach das restliche Olivenöl dazugeben und durchmischen. Falls nicht genügend Bindung entsteht, kann man etwas Weißbrot hinzugeben.
9. Die Muscheln säubern und kalt abspülen. Wichtig: Dabei darauf achten, dass die Muscheln geschlossen sind. Offene und beschädigte Muscheln unbedingt aussortieren und entsorgen!
10. Für den Gemüsesud Karotten und Sellerie waschen, schälen und in gleichmäßige Streifen schneiden.
11. Rote Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und fein würfeln.
12. Die Tomaten waschen, den Strunk entfernen. Tomaten vierteln.
13. 2 EL Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und den Knoblauch darin anschwitzen.
14. Die Muscheln hinzufügen und kurz mit anschwitzen. Dann die Gemüsestreifen dazugeben und ebenfalls anschwitzen.
15. Die Tomatenviertel in den Topf geben und alles mit Weißwein ablöschen. Fenchelsaat, Anis und Lorbeerblatt zugeben und zugedeckt ca. 6 Minuten garen.
16. Die Petersilie abrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.
17. Petersilie unter den Muschelsud mischen und mit Salz, Pfeffer und etwas Olivenöl abschmecken. Wichtig: Muscheln, die sich beim Garen nicht geöffnet haben, aussortieren und entsorgen!
18. Das Baguette in Scheiben schneiden. Etwas Olivenöl in eine Pfanne geben und die Baguettescheiben darin anrösten.
19. Parmesan reiben.
20. Geröstete Brotscheiben mit der Sauce Rouille bestreichen und mit Parmesan bestreuen.
21. Zum Anrichten die Muscheln in tiefe Teller geben und etwas Gemüsesud darüber gießen. Baguettescheiben dazu reichen.

Pro Portion: 855 kcal / 3590 kJ
41 g Kohlenhydrate, 43 g Eiweiß, 52 g Fett