

Muscheln + Makrelen

Jakobsmuscheln

Kammuscheln

Miesmuscheln

Muscheln

Pilgermuscheln

Venusmuscheln

Makrelen

Fleisch

PS

Es sind gesammelte Rezepte, teils noch nicht probiert.

Sowie freigeschalteten Rezepte, mit Datum + Namen, vom

www.chefkoch.de

teilweise mit den Kommentare , wenn sie zur Aufklärung verschiedener Begriffe beitragen konnten .

Musste teilweise die Überschriften, teilen, damit ich sie besser sortieren konnte.

Bitte um Verständnis.

Fleisch ist alles separat zusammen gefasst

Jeweils am Ende einer Fischart bei Word + PDF

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Zusammen gestellt Montag, 31. Juli 2006

www.Hans-joachim60.de

Index

Hinweis für Word.....	136	Miesmuscheln Diverses	109
Jakobsmuscheln Anderes....	33	Miesmuscheln Wein.....	75
Kammuscheln	58	Muscheln.....	120
Makrelen.....	60	Pilgermuscheln	124
Miesmuschel Alkohol anderes	73	Venusmuscheln.....	125

Inhaltsverzeichnis

Muscheln + Makrelen.....	1
PS	1
Index	2
Inhaltsverzeichnis	2
Jakobsmuscheln Alkohol	6
Berezina's Mousseline und 1 Ei + 1 Eigelb M.....	6
Bouillabaisse.....	6
Capesante à la Rudolfo	7
Fischterrinen unter der 2 Eigelb.....	9
Gebackene Jakobsmuscheln 1 Eigelb	10
Gegrillte Jakobsmuscheln mit Schnittlauchbutter	11
Hummer - Kürbis - Ragout	12
Jakobsmuscheln auf Curryrahm M.....	13
Jakobsmuscheln auf karamellisiertem M.....	14
Jakobsmuscheln in Cidresahne M.....	15
Jakobsmuscheln mit Champagnersauce M	16
Jakobsmuscheln an Paprikasauce.....	16
Jakobsmuscheln auf französische Art M.....	17
Jakobsmuscheln auf Orangen M.....	18
Jakobsmuscheln galizisch.....	19
Jakobsmuscheln im Sternanis - Safranschaum	20
Jakobsmuscheln in Bier mit M.....	21
Jakobsmuscheln mit Cherry - Sahnesauce M.....	22
Jakobsmuscheln mit Chicoree M	22
Jakobsmuscheln mit Gemüse und Reis M.....	24
Jakobsmuscheln mit Kartoffelhaube M.....	25

Jakobsmuscheln mit Knoblauch M.....	25
Jakobsmuscheln mit Orangensauce	26
Jakobsmuscheln mit Safransauce M.....	27
Medaillon von Seezunge und Jakobsmuschel M	27
Meeresfrüchte - Risotto	29
Muschelriesotto mit Safranfäden M.....	30
Nudeln mit Meeresfrüchten und Gemüse M.....	31
Seezungenröllchen in Safransoße M.....	32
Spießchen vom Lachs und M	32
Jakobsmuscheln Anderes	33
Crepes mit Meeresfrüchten 1 Ei M.....	34
Edelfischspieße auf Sauerrahmgurken M	34
Fritto misto di mare 1 Eiweiß	35
Fritto misto di mare 1 Eiweiß.....	37
Garnelen und Jakobsmuscheln.....	38
Garnelen und Jakobsmuscheln.....	39
Garnelen und Meeresfrüchte M	40
Gelbflossige Meerbarbe mit Meeresfrüchten	40
Gratinierte Jakobsmuscheln M.....	41
Gratinierte Jakobsmuscheln M.....	43
Jakobsmuschel - Salat	44
Jakobsmuschelcarpaccio.....	45
Jakobsmuscheln	46
Jakobsmuscheln auf Limetten - Butter.....	46
Jakobsmuscheln in Ananas - Dressing	47
Jakobsmuscheln mit warmer	47
Marinierte Jakobsmuscheln mit M.....	48
Maultaschen von Jakobsmuscheln 3 Ei M	49
Maultaschen von Jakobsmuscheln 3 Ei M.....	50
Mediterrane Meeresfrüchtespießchen	51
Mediterrane Meeresfrüchtespießchen	52
Meeresfrüchte - Salat mit Zitrone und Limone	52
Meeresfrüchte - Salat mit Zitrone und Limone	53
Meeresfrüchte - Torte	54
Safranrisotto mit Jakobsmuscheln	55
Sautierte Jakobsmuscheln	56
Trilogie von Muscheln M.....	56
Kammuscheln	58
Kamm-Muscheln mit Champignonsauce M	58
Knoblauch Muschel Garnelen	58
Meeresfrüchte - Antipasti	59
Makrelen.....	60
Fisch-Tomaten-Pfanne 4 Ei	61
Fischbällchensuppe.....	61
Fischeintopf aus Genua- Buridda,	62
Fischragout Räucherkatze	63
Fischterrinen M.....	64
Grillfisch aus dem Ofen M	65

Makrelen - Brotaufstrich Mayo	65
Makrelen in Curry-Apfel-Sauce	66
Makrelen in Weißwein.....	66
Makrelen mit Kräuterbutter	67
Makrelenfilet mit Käse M.....	67
Makrelenpastete M.....	68
Makrelensalat 2 Ei.....	69
Nudelsalat von der Waterkant 2 Ei.....	69
Patricias delikater Fischsalat	70
Räucherfisch - Pfanne mit 8 Ei M.....	71
Steckerfisch.....	71
Wacholdermakrelen	72
Miesmuschel Alkohol anderes	73
Cognac-Miesmuscheln auf Spaghetti.....	73
Miesmuscheln in Biersud M.....	74
Miesmuscheln in Tomaten - Zwiebelsauce	75
Miesmuscheln Wein.....	75
Chilischarfe Frutti di Mare.....	75
Feurige Muscheln.....	76
Fischsuppe nach einer traditioneller Fischerart	77
Gebackener Steinbutt mit Trüffeln.....	78
Gemischter Fischeintopf	79
Italienische, chilischarfe Frutti di Mare.....	80
Leonas Muschelbuzara	81
Meeresfrüchtesalat mit frischer Mango.....	81
Miesmuscheln Côte d'Azur	82
Miesmuscheln im Kräutersud.....	83
Miesmuscheln im Rieslingsud	84
Miesmuscheln in Curry - M.....	84
Miesmuscheln in Curry - Kokos - Wein Sud.....	85
Miesmuscheln in Currysahne M.....	86
Miesmuscheln in rotem Sud	87
Miesmuscheln in Sahne M	88
Miesmuscheln in Sherry.....	88
Miesmuscheln in Tomate.....	89
Miesmuscheln in Tomaten - Weißweinsauce	90
Miesmuscheln in Tomatenpüree mit Feta M	91
Miesmuscheln in Tomatensoße	91
Miesmuscheln in Weißweinsud	92
Miesmuscheln mit Gemüse M.....	93
Miesmuscheln mit Gouda 4 Ei M.....	93
Miesmuscheln mit Knoblauch.....	94
Miesmuscheln mit Safran M	95
Miesmuscheln mit Tomaten	96
Miesmuscheln mit Tomatensauce und Pilzen	96
Miesmuscheln nach französischer Art	97
Miesmuscheln nach Neapolitanischer Art.....	98
Miesmuscheln rheinische Art	99

Miesmuscheln Teufels Art	100
Miesmuscheln, ostfriesische Art.....	102
Miesmuschelragout.....	102
Muschelbuletten (Frikadellen) 1 Ei	103
Muschelragout im 1 Eigelb M.....	104
Reis mit Meeresfrüchten	105
Risotto mit Meeresfrüchten.....	106
Sommerlicher Meeresfrüchtesalat	107
Sopon de Pescadores	108
Verpackte Spaghetti	109
Miesmuscheln Diverses	109
Garnelen und Meeresfrüchte M	109
Gegrillte Miesmuscheln mit M	110
Karibische Muschel - Shrimps Pfanne	111
Marinierte Miesmuscheln M.....	112
Meeresfrüchte - Antipasti	113
Meeresfrüchte - Torte	114
Miesmuscheln im Sud gekocht	115
Miesmuscheln in vietnamesischer Kokossauce	116
Trilogie von Muscheln M.....	116
Überbackene Miesmuscheln I M.....	117
Überbackene Miesmuscheln II	118
Überbackene Miesmuscheln mit Feta M	119
Westfälische Muscheln.....	119
Muscheln	120
Gedämpfte Muscheln	120
Muscheln mit Champignons 1 Eigelb M.....	121
Reis mit Meeresfrüchten	121
Spanische Feuer - Muscheln.....	123
Südnorwegische Fischsuppe M.....	123
Pilgermuscheln	124
Verpackte Spaghetti	124
Venusmuscheln.....	125
Feine Bandnudeln mit Venusmuscheln.....	125
Leonas Muschelbuzara	125
Linguine mit Venusmuscheln	126
Meeresfrüchte - Antipasti	127
Muschelriesotto mit Safranfäden M.....	128
Potpourri aus Meeresfrüchten.....	129
Reis mit Meeresfrüchten	130
Reissalat mit Muscheln	132
Risotto mit Meeresfrüchten.....	132
Spaghetti mit Venusmuscheln I	133
Spaghetti mit Venusmuscheln II	134
Spezialität aus Italien.....	134
Venusmuscheln mit Chili und Basilikum.....	135
Hinweis für Word	136

Jakobsmuscheln Alkohol

Berezina's Mousseline und 1 Ei + 1 Eigelb M

Carpaccio von Jakobsmuscheln

Zutaten für 3 Portionen

250 g Jakobsmuschel(n) und

3 Jakobsmuschel(n) für das Carpaccio

1 Ei(er)

1 Eigelb

75 ml Milch, abgekochte

150 ml Schlagsahne, flüssige

75 ml Creme fraiche

1 Schalotte(n)

30 g Butter

100 ml Wein, weiß, trocken

Salz und Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Schalotten klein hacken und in der Butter anschwitzen, Weißwein zugeben und zugedeckt 5 Minuten köcheln lassen.

Jakobsmuschelfleisch und Corail im Mixer zerkleinern, nach und nach die verschlagenen Eier, crème fraîche, Schlagsahne, Milch und den Schalottensud zugeben. Noch einmal durchmixen und anschließend durch ein feines Sieb streichen.

Das Püree in 3 gebutterte Förmchen geben, mit Alu-Folie bedecken und für 30 Minuten im Backofen im Wasserbad gar werden lassen.

Förmchen auf 3 Teller stürzen, die verbliebenen 3 Jakobsmuscheln als Carpaccio schneiden und mit einer Beurre blanc beträufeln.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

05.09.04 berezina

Bouillabaisse

1 Zwiebel, in dünne Ringe - geschnitten
1 1/2 Stangen Staudensellerie - fein gehackt
1 El Olivenöl
2 El Tomatenmark
150 ml Trockener Weißwein
2 Tomaten, gehäutet und- gehackt
1/2 sm Orange; geschält, - in dünnen Scheiben
2 Scheibe Geschälte - Zitronenscheiben
1 Knoblauchzehe
20 g Butter
1 TI Zucker
1 TI Salz
1/4 TI Kräuter der Provence
1/4 TI Cayennepfeffer
2 Große Prisen Safran

250 g Heilbuttfilet

2 sm Hummerschwänze

250 g Krabben oder Shrimps

4 Jakobsmuscheln

Zwiebel, Sellerie und Olivenöl in einer großen Schüssel mischen und abgedeckt 6-9 Minuten bei 600 W erhitzen. Einmal während der Garzeit umrühren. Die restlichen Zutaten bis auf Fisch und Meeresfrüchte sowie 400 ml Wasser dazugeben. Zudecken und 15-20 Minuten bei 600 W erwärmen, bis die Mischung leicht dicklich wird. Heilbutt in 5 cm lange Streifen schneiden. Hummerschwänze der Länge nach halbieren (und falls nötig aus der Schale lösen). Muscheln halbieren oder vierteln. Fisch und Meeresfrüchte in die Brühe geben, dabei die festeren Stücke an den Rand.

Zudecken und 2 Minuten bei 600 W, anschließend 4-6 Minuten bei 300 W erhitzen. Dabei einmal vorsichtig umrühren. Danach 5 Minuten stehen lassen.

Capesante à la Rudolfo

(Jakobsmuscheln)

Vorspeise bei Fischhauptgängen

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Jakobsmuschel(n), in der Schale (12 - 14 Stück)

13 kleine Kirschtomate(n)

1 Knolle/n Knoblauch, (13 Zehen)

- 1 kleine Zucchini
- 1 Bund Petersilie
- 5 cl Wein
- ¼ Liter Olivenöl, extra Vergine (ca)
- Salz
- Pfeffer, aus der Mühle
- 1 Baguette

Die Capesante sind in der Schale, geschlossen und ich putze sie, wenn sie ganz exquisit werden sollen (Auge), mit dem Hochdruckreiniger und 120 bar. Dazu Arbeitshandschuhe die Muschel ca. 15 bis 20 cm von der Düse entfernt in den Strahl halten. Der Hand kann dann nichts passieren, die Muschel wird so rein, sauber und strahlend weiß, als wäre sie 10 Jahre am Strand von Maui gelegen. Dann die Muschel mit einem Austernöffner aufzwingen und mit einem scharfen Messer den Schließmuskel an der flachen Schalenhälfte der Muschel durchtrennen. Die flache Halbschale wegschmeißen, die Muschel in der anderen Schalenhälfte von Sand, Schleim, Darm und dem schwarzen Dingsda, welches am Rogen sitzt, befreien und unter fließendem Wasser abspülen. Dabei sollte man das Muschelfleisch nicht von der anderen Schalenhälfte trennen, es bleibt mit dieser fest verbunden. Dies ist unter Kennern ein Zeichen, dass die Muschel nicht aus der Dose kommt und dass sie frisch ist. Bei etwas abgelegenen Modellen löst sich der Schließmuskel sofort von der Schale. So, jetzt ist die größte Arbeit erledigt.

Den Knoblauch und die Zucchini mittelfein hacken, die Cocktailtomaten Achteln, die Petersilie fein hacken.

Die Halbschalen mit den Muscheln schön auf der Arbeitsplatte verteilen, etwas salzen und Pfeffer aus der Mühle drangeben, je ein halber Kaffeelöffel vom gehacktem Knoblauch und den gehackten Zucchini zur Muschel und dann noch die geachtelte Cocktailtomaten auf den Muscheln verteilen. Jetzt das Olivenöl direkt von der Flasche in die Muschelschalen gießen (aber bitte nur ganz gutes), und zwar soviel, dass mal gerade nichts über den Rand läuft.

Jetzt wäre es gut, wenn man einen Plattengriller hat. Diesen heize ich auf ca. 150 Grad auf und lege die Muscheln samt der Schale auf die Platte. Nach 10 bis 12 Minuten fängt das Öl in den Muschelschalen zu brutzeln an, das Muschelfleisch wird weiß und die Vorspeise ist fertig. Der Knoblauch soll auf keinen Fall braun werden!

Jetzt noch ein paar Tropfen Schilcher (sehr trockene Weinspezialität aus der Weststeiermark), maximal ein halber Mokkalöffel, Petersilie aufstreuen und mit Schnitten vom Baguette servieren.

Ohne Plattengriller geht es auch, dann müssen die Schalen wie vorher beschrieben auf ein Backblech und nur mit entsprechender Unterhitze ins Rohr.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

24.11.03 Muschelkoch

Fischterriner unter der 2 Eigelb

Blätterteighaube

Zutaten für 6 Portionen

1200 g Fischfilet, verschieden (Lachs, Seezunge, Heilbutt, Barbe, See-teufel o.ä.)

12 Garnele(n) oder Scampi

300 g Shrimps

200 g Muschel(n), das Fleisch

400 g Champignons

¼ Liter Fischfond

¼ Liter Wein, weiß

2 El Hummer - Suppen-Paste (aus dem Fischgeschäft)

2 Zwiebel(n), weiße

Estragon

Butter, für die Form

1 Pkt. Blätterteig, fertiger (aufgerollt zu kaufen)

2 Eigelb

Salz und Pfeffer

Zitronensaft

Zubereitung

Zwiebel schälen und sehr fein hacken. mit etwas Öl in der Pfanne glasig dünsten. mit Fischfond und Wein angießen, aufkochen lassen. Die Hummer- Suppen-Paste einrühren, salzen und pfeffern, das ganze sanft einreduzieren lassen.

Estragon fein hacken und zur Seite stellen.

Champignons putzen und in Stücke schneiden.

Die Fischfilets waschen, trocken tupfen und in portionsgerechte Stücke schneiden. Ebenso mit den Shrimps, den Garnelen (vorher auslösen) und dem Muschelfleisch verfahren. (Wenn Sie tiefgefrorenen Fisch verwenden, ist es trotzdem ratsam die Filets zu waschen. Muscheln, etwas Jakobsmuscheln, können sie direkt verwenden)

Alles mit Zitrone beträufeln, salzen und pfeffern. In eine ausgebutterte, feuerfeste Form geben und die Champignons darauf verteilen.

Den Estragon in die Soße geben und kurz unterziehen. Soße vom Feuer nehmen und gleichmäßig über den Fisch verteilen.

Den Rand der Form mit Eigelb bestreichen. Den Blätterteig auf die Form legen und die Ränder gut festdrücken. Aus evtl. Blätterteigresten Muster ausstechen und auf den Teig legen. Teig mit Eigelb bestreichen und im vorgeheizten Ofen bei 220° C ca. 20 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.
17.10.04 Dshamilija

Gebackene Jakobsmuscheln 1 Eigelb

Zutaten für 4 Portionen

12 große Jakobsmuschel(n) (von den 4 schönsten die Schale aufheben)
1 Bund Möhre(n), junge
8 kleine Zwiebel(n), zarte
1 Stange/n Bleichsellerie, zarte
1 Glas Wein, weiß, trocken
2 Schalotte(n)
1 Kräuter - Sträußchen (Petersilie, Thymian, Lorbeer, Bleichsellerie)
1 Zweig/e Estragon
120 g Butter

1 Eigelb

200 g Blätterteig
Salz
Pfeffer, frisch gemahlen
Wasser

Zubereitung

Die Muscheln öffnen, die Nüsse herauslösen, die Bärte aufbewahren und die schwarzen Innereien wegwerfen. Nüsse und Bärte getrennt unter fließendem, kaltem Wasser waschen und gut abtropfen lassen. Die Schalotten schälen und klein schneiden. 20 g Butter in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin langsam dünsten. Dann bei starker Hitze die Bärte hinzufügen und zum Schluss den Weißwein.

Alles 2 Minuten aufkochen lassen, das Kräutersträußchen hinzugeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze 20 Minuten kochen. Abschmecken, durch ein Tuch filtern und zur Seite stellen.

Die Estragonblätter hacken, 80 g weiche Butter zufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und gut durchkneten.

Möhren, Zwiebeln und Sellerie schälen und in feine Scheiben schneiden. Die Zwiebeln in 20 g Butter andünsten. Die Möhren und den Sellerie hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und 1 El Wasser zugeben. Mit Pergamentpapier abdecken, einige Minuten dämpfen und dann beiseite stellen.

Die zurückbehaltenen Muschelschalen waschen, abtrocknen und innen großzügig mit Butter auspinseln. In die unteren, tiefen Schalenhälften je ein Viertel von dem gedünsteten Gemüse geben. Die Jakobsmuschelnüsse jeweils in vier Scheiben schneiden und diese rosettenförmig auf das Gemüse legen. Ein walnussgroßes Stück Estragonbutter und einen El vom

gefilterten Muschelsud hinzufügen. Die flache Schalenhälfte als Deckel auflegen.

Den Blätterteig zu einem 30 x 12 cm großen Rechteck ausrollen und der Länge nach in vier 4 cm breite Streifen schneiden. Das Eigelb mit ein paar Tropfen Wasser verschlagen. Den Außenrand der Muscheln damit einpinseln und rundherum einen Teigstreifen andrücken, damit die Muscheln fest verschlossen sind. Den Teig ebenfalls mit dem Eigelb bepinseln. Im 200°C heißen Backofen 12 Minuten garen und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

17.01.05 Judith

Gegrillte Jakobsmuscheln mit Schnittlauchbutter

Zutaten für 4 Portionen

4 Jakobsmuschel(n), in der Schale

Salz

Pfeffer, frisch gemahlen

Fett für den Grill

½ Schalotte(n)

40 ml Wein, weiß, trocken

100 ml Fischfond

30 g Butter, eiskalt

½ El Schnittlauch, Röllchen

Salz

Pfeffer, weiß, frisch gemahlen

Zubereitung

Die Jakobsmuscheln öffnen und gut waschen. Auf Küchenpapier abtrocknen. Den grauen Rand entfernen, das weiße Muskelfleisch (Nüsschen) und den Rogen (Corail) trennen und im Wechsel Fleisch und Corail auf den Spieß stecken. Leicht salzen und pfeffern. Auf den gut eingefetteten Grillrost legen und 3 bis 4 Minuten grillen.

Für die Schnittlauchsauce die halbe Schalotte fein würfeln. Mit dem Weißwein aufkochen, bis zur Hälfte reduzieren und den Fischfond angießen. Auf etwa 1/3 reduzieren. Durch ein kleines Sieb (am besten ein Teesieb) passieren. Wieder aufkochen, die eiskalte Butter in Stückchen einschwenken und nur kurz aufkochen lassen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken, den Schnittlauch unterziehen, den Spieß darauf anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

19.01.05 Judith

Hummer - Kürbis - Ragout

mit Jakobsmuscheln

Zutaten für 4 Portionen

2 Hummer, à ca. 600 g

8 Jakobsmuschel(n)

200 g Kürbisfleisch

½ Schalotte(n)

1 Zehe/n Knoblauch

2 Blätter Zitronengras

1 Chilischote(n), rot

125 ml Wein, weiß, trocken

20 g Butter

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Hummer ca. 5 Minuten in Salzwasser kochen. Das Kürbisfleisch in ½ cm große Würfel schneiden. Schalotte und Knoblauch schälen und ebenfalls in Würfel schneiden. Die Jakobsmuscheln aus ihrer Schale lösen, den Bart entfernen, waschen und auf ein Tuch legen.

Die Hummer aus dem Wasser nehmen, der Länge nach halbieren und die Scheren abtrennen. Jetzt die Hummer noch ein paar Minuten kochen, bevor der Schwanz in der Schale vom Hummerkörper gelöst wird. 20 g Butter in einem Topf erhitzen und die Hummerkörper mit der Innenseite nach unten hineinlegen. Die Schalotten- und die Knoblauchwürfel dazugeben. Mit Weißwein ablöschen und mit einem knappen ¼ l Wasser aufgießen.

Die Kürbiswürfel zufügen, 10 Minuten bei nicht zu starker Hitze mitkochen. Das Schwanzfleisch vorsichtig aus der Schale lösen und die Scheren brechen. Jakobsmuscheln in ½ cm dicke Scheiben schneiden und in den Schwanzschalen aneinander legen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Ganze ca. 3 Minuten in einer Pfanne in den heißen Ofen stellen, um sie halbfertig zu garen.

Abschließend die Zitronenblätter und die Chilischote in feine Streifen schneiden und zum Hummer-Kürbis-Ragout gegeben. Das Ragout ist richtig gewürzt, wenn es zitronig-pikant schmeckt.

Pro Person wird ein halber Hummerkörper mit einem halben Schwanz und einer Schere sowie den Jakobsmuscheln angerichtet.

Dazu passt Reis.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

04.11.05 Hobbykoechin

Jacobsmuscheln auf Curryrahm M

mit Weinbergpfirsichen und Feigen

Zutaten für 2 Portionen

Für die Sauce:

1 Schalotte(n), fein gewürfelt
100 ml Wermut, Noilly Prat

100 ml Sahne

1 TI Currypulver
1 Msp. Kreuzkümmel
1 Msp. Cayennepfeffer
Pfeffer
Salz

500 g Jakobsmuschel(n) ohne Corail

2 Feigen
2 Pfirsiche (Weinbergpfirsiche)
Essig (Feigenessig), ersatzweise Aceto Balsamico
Pfeffer
Butter

Zubereitung

Curryrahm (hiermit beginnen, dauert am längsten):
Die Schalotte in Butter anschwitzen, Curry und Kreuzkümmel dazugeben und kurz mitrösten und mit dem Noilly Prat ablöschen. Alles reduzieren lassen, die Sahne zugeben und weiter köcheln. Mit Cayenne, Pfeffer und Salz abschmecken.

Wenn die Sauce fertig ist, geht es mit dem Rest weiter:
Die Jakobsmuscheln in Olivenöl von beiden Seiten 1-2 Minuten anbraten und im Backofen (70-75°C) parken. In der restlichen Zubereitungszeit ziehen sie gar und bleiben schön saftig.
Zu dem Bratsatz in der Pfanne einen Klecks Butter geben und pro Person eine geviertelte Feige und einen geachtelten Weinbergpfirsich geben und kurz andünsten. Mit etwas Pfeffer und Feigenessig abschmecken. Die Früchte sind nun mit einem Hauch Sauce überzogen.
Den Saft der Jakobsmuscheln, der sich während der Parkzeit abgesetzt hat, zu dem inzwischen stark reduzierten Curryrahm geben und einmal aufkochen.
Dazu passt Basmatireis, ein Salatbukett macht sich auch gut dazu.

Als Vorspeise, dann ohne Reis serviert, reicht das Rezept für 4-6 Personen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

30.06.05 Pottkiecker

Jakobsmuschel auf karamellisiertem M

Apfelring mit Calvadosrahm

Zutaten für 6 Portionen

6 Jakobsmuschel(n) ohne Corail

100 ml Wein, weiß

100 ml Wermut, Noilly Prat

50 ml Sahne

20 ml Calvados

1 Apfel

1 Schalotte(n)

1 Msp. Senfkörner, gemahlen

1 Msp. Muskat, (Macis - Muskatblüte)

Pfeffer

Salz

Einen Apfel an Stiel und Blüte glatt schneiden, um aus dem Mittelstück schöne Apfelringe schneiden zu können.

Die beiden Enden schälen und würfeln, mit einer kleingewürfelten Schalotte in Butter glasig dünsten und immer wieder mit dem Weißwein ablöschen und sirupartig einkochen lassen.

Noilly Prat dazugeben und wenn dieser auch gut reduziert ist, die Sahne angießen. Mit Pfeffer, Salz, Senfpulver und Macis würzen.

Den restlichen Apfel (Kerngehäuse entfernt) habe ich in 4 Ringe zu etwa 2mm Breite geschnitten und diese im 180°C heißen Backofen trocknen und rösten. Empfiehlt sich, wenn der Backofen sowieso an ist, weil darin z.B. das Hauptgericht schmurgelt.

Den nun verbleibenden Apfel in 2 gleich breite Ringe schneiden. Diese Ringe in Butter mit einer Prise Zucker goldgelb dünsten und auf vorgewärmte Teller geben.

In der Pfanne mit der „Apfelbutter“ die Jakobsmuscheln von jeder Seite ca. 1 Minute braten und sofort auf die warmgestellten Apfelringe gegeben. Schnell noch ca. 20ml Calvados an die Rahmsauce, diese um die Apfelringe verteilt und die Apfelchips zur Dekoration dazu.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

30.06.05 Pottkiecker

Jakobsmuschel in Cidresahne M

Portion: 4

3 Schalotten
2 Ei Butter
1 Knoblauchzehe
250 ml Cidre

200 g Sahne

weißer Pfeffer
1 Spur Cayennepfeffer
1 TI Zitronensaft

500 g Jakobsmuscheln

1 Handvoll Sauerampfer
Salz

Die Schalotten schälen und fein hacken. In einer breiten Pfanne mit hohem Rand die Butter erhitzen und die Schalotten bei schwacher Hitze darin weich braten. Den Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. Zu den Schalotten geben und mitdünsten.

Mit dem Cidre ablöschen und um die Hälfte einkochen lassen. Die Sahne dazugießen und bei schwacher Hitze köcheln, bis die Sauce cremig wird. Alles in eine hohe Schüssel geben und mit dem Pürierstab durchmischen. Mit Salz, Pfeffer, dem Cayennepfeffer und einigen Spritzern Zitronensaft abschmecken.

Die Jakobsmuscheln unter fließendem kaltem Wasser abspülen. Den roten Rogensack (Corail) abtrennen und beiseite stellen. Die Sauce wieder in die Pfanne geben. Die Muscheln hineinlegen und bei schwacher Hitze zugedeckt in etwa 3 Minuten gar ziehen lassen.

Den Sauerampfer oder Kerbel waschen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden. Den Sauerampfer und die Corail in die Sauce geben und darin kurz erwärmen. Dazu passt Reis.

Tipp: Als Hauptgericht ca. 800 g Jakobsmuscheln dazu Safranreis. Statt Sauerampfer geht auch Kerbel

Pro Person etwa: 1400kj/330kcal 14g Eiweiß 23 g Fett 8 g Kohlehydrate

Zubereitung ca. 30 Minuten

Jakobsmuschel mit Champagnersauce M

auf Christstollen

Zutaten für 1 Portionen

- 1 Jakobsmuschel(n)
- 1 Scheibe/n Kuchen (Christstollen)

etwas Sahne

20 g Butter

½ Glas Champagner

Salz

Pfeffer

1 Ei Mehl

Zubereitung

Eine Vorspeise wie man sie nicht überall bekommt ist meine Jakobsmuschel. Es ist eine Komposition, die vom Geschmack her wunderbar harmonisiert.

Zuerst bereiten wir die Sauce zu. Etwas Butter zergehen lassen und einen Ei. Mehl einrühren. Gleich mit etwas Sahne auffüllen und glatt rühren. Nur mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ganz zum Schluss ein halbes Glas Champagner darunter rühren und fertig!

Wir nehmen das Fleisch von der Jakobsmuschel, salzen und pfeffern es leicht ein. Dann in Butter (mit ein paar Tropfen Öl, damit sie nicht verbrennt) kurz anbraten. Schräg in 3 Scheiben schneiden und den Stollen damit zur Hälfte belegen. Nun die Champagnersauce mit einem Löffel so darüber geben, dass vom Stollen und von der Muschel die Hälfte bedeckt ist. Ausgarnieren kann man das Ganze noch mit ein paar Apfelscheiben und kleinen Lebkuchenstückchen. Probiert es mal, es ist ganz toll! Wer keine Muscheln mag, der kann das ganze auch mit einem Stück Seezungenfilet machen. Geht genau so gut.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

05.07.04 coccoboquesse

Jakobsmuscheln an Paprikasauce

Zutaten für 4 Portionen

- 8 Muschel(n) (Jakobsmuscheln), nur die Nuss, ohne Corail
- 1 Paprikaschote(n), rot
- 1 Zweig/e Thymian

100 ml Wein, weiß, trocken

100 ml Fischfond

100 g Butter, eiskalt, gewürfelt

Salz und Pfeffer

Olivenöl

Zubereitung

Die Paprika halbieren und in Salzwasser kochen. Anschließend kalt abschrecken und schälen. Das Fruchtfleisch im Mixer pürieren, die Thymianblättchen fein hacken.

Weißwein und Fischfond aufkochen und auf die Hälfte reduzieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die kalte Butter Stück für Stück einarbeiten. Das Paprikapüree und den Thymian dazugeben, mit dem Stabmixer schaumig rühren und mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Die Jakobsmuscheln, wenn möglich, mit einem Zackenmesser quer halbieren und in wenig Olivenöl in einer beschichteten Pfanne kurz braten. Die Muscheln auf dem Saucenspiegel anrichten, mit Thymianblättchen dekorieren.

Dazu passt frisches Baguettebrot. Die Sauce eignet sich zum aufzutunken.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

01.08.05 Susel

Jakobsmuscheln auf französische Art M

Geeignet als Vorspeise

Zutaten für 8 Portionen

1 Zwiebel(n)

125 ml Wein, weiß

125 ml Wasser

½ TL Salz

5 Körner Pfeffer

2 Stängel Petersilie

1 Msp. Thymian, getrockneter

1 kleines Lorbeerblatt

450 g Jakobsmuschel(n), tiefgefrorene

200 g Champignons, frische

1 EI Butter

1 EI Mehl

2 EI Sahne

5 EI Käse, ger. Goudakäse

Zitronensaft, (nach Belieben)

2 Ei Butter

Zubereitung

Die Zwiebel schälen und würfeln. Den Weißwein, das Wasser, die Zwiebelwürfel, das Salz, die Pfefferkörner, die Petersilie, den Thymian und das Lorbeerblatt bei milder Hitze zugedeckt 15 Minuten kochen lassen.

Den Sud dann durch ein Sieb zurück in den Topf schütten. Die gefrorenen Jakobsmuscheln in den Sud legen, bis zum Siedepunkt erhitzen und bei milder Hitze zugedeckt 15 Minuten garen.

Die Muscheln mit einer Schaumkelle aus dem Sud heben, abkühlen lassen, in Scheiben schneiden und den Rogen abtrennen und gesondert aufbewahren.

Den Backofen auf 220° vorheizen.

Die Champignons putzen, waschen und in Blättchen schneiden. Die Butter in einem Topf zerlassen, die Champignons 5 Minuten unter Umwenden darin anbraten, mit dem Mehl bestäuben, gut durchrühren und nach und nach mit dem Sud von den Muscheln aufgießen. Alles unter Rühren einige Minuten kochen lassen und die Sauce dann mit der Sahne und 2 Ei. Käse verrühren. Die Muschelscheiben mit der Sauce vermengen und diese mit etwas Zitronensaft abschmecken. Das Ragout in 8 Muschelschalen füllen, jede Portion mit etwas vom Rogen belegen, mit dem restlichen geriebenen Käse bestreuen und die Butter in kleinen Flöckchen darauf setzen. Die Muscheln im vorgeheizten Backofen auf der obersten Schiebeleiste überbacken.

Dazu schmeckt: frisches Stangenweißbrot

Brennwert p. P.: 140

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

30.08.05 Mumie

Jakobsmuscheln auf Orangen M

Beurre Blanc

Zutaten für 6 Portionen

2 Schalotte(n), fein gewürfelt

100 ml Orangensaft

30 ml Essig (Weißweinessig)

50 ml Wein, weiß

2 Ei süße Sahne

250 g Butter, in Würfeln, eiskalt

12 Jakobsmuschel(n)

3 Orange(n), in Spalten

Meersalz

4 Zweig/e Petersilie, glatt
Pfeffer

Zubereitung

Jakobsmuscheln aus der Schale entfernen, reinigen und die Corails entfernen. Ofen auf 200 C Oberhitze vorheizen. Schalotten in etwas Butter anschwitzen mit Orangensaft, Essig und Weißwein ablöschen. Auf eine Menge von ca. 2 Esslöffeln einreduzieren. Hitze reduzieren. Sahne einrühren bis diese mit der Flüssigkeit verbunden ist. Bei kleiner Hitze (Flüssigkeit soll leicht dampfen) langsam die Butter einrühren mit Schneebesen, so dass sich eine Emulsion bildet, dann den Rest der Butter einrühren, etwas höher erhitzen damit sich die Emulsion stabilisiert.

Zwischenzeitlich die Jakobsmuscheln auf ein Backblech legen und mit Fleur du Sel (Meersalz) und Pfeffer würzen. Dann unter Oberhitze die Muscheln 6 Minuten im Ofen lassen. Die Sauce jetzt mit Pfeffer und Salz abschmecken, warm halten, rühren damit sie stabil bleibt. Teller mit Orangenspalten dekorieren, Saucenspiegel angießen und die Jakobsmuscheln darauf setzen mit Petersilie ausdekorieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
29.01.02 Bornheim

Jakobsmuscheln galizisch

Zutaten für 4 Portionen

8 große Jakobsmuschel(n), Corail v. den Muscheln, gehackt

1 Paprikaschote(n), gelb

1 Paprikaschote(n), rot

6 Knoblauchzehe(n)

6 Zwiebel(n)

3 Stange/n Frühlingszwiebel(n)

1 Bund Petersilie, glatte

Paprikapulver, edelsüß

Cayennepfeffer

Salz und Pfeffer, schwarzer

Schnaps, Oroujo (Span. Grappa)

Wermut, Noilly Prat

Wein, weiß

Olivenöl

Paniermehl

Zubereitung

Zwiebeln, Knoblauch, Paprika und Petersilie sehr fein hacken. Bis auf die Petersilie ca. 10 Min. glasig dünsten und mit Oroujo ablöschen. Die Frühlingszwiebeln und Petersilie separat anrösten und mit 1 Schuss Noilly Prat ablöschen, dann 2-3 Min garen lassen. Corail (oder Flusskrebse) klein gehackt rösten, bis sie Farbe annehmen. Alles zusammen in einen Topf geben und würzen mit Salz, Pfeffer, Paprika und Cayenne Pfeffer, sowie 1 Schuss Weißwein zugeben. Es ca. 3 Minuten garen lassen, bis es breiig bis flüssig ist.

Die Jakobsmuscheln in eine feuerfeste Form geben (entweder einzeln oder eine große Form), mit dem Gemüsebrei bedecken, danach eine dicke Lage Paniermehl überstreuen. Das Ganze großzügig mit gutem Olivenöl übergießen und bei 200 ° ca. 12 Minuten im vorgeheizten Backofen garen. Evtl. zum Schluss noch einmal kurz übergrillen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
16.06.06 baerbelchen

Jakobsmuscheln im Sternanis - Safranschaum

Zutaten für 4 Portionen

8 Jakobsmuschel(n)

- 1 Limette(n), den Saft davon
- 2 Bund Frühlingszwiebel(n)

250 g Sahne

- 2 cl Sherry, Dry
- 1 Spritzer Tabasco
- 2 Anis (Sternanis)
- Safran
- 3 El Butter
- Salz
- Pfeffer, weißer, gemahlen
- Zucker, braun
- Wein, weiß
- Kerbel oder glatte Petersilie bzw. Dill zum Garnieren

Zubereitung

Muscheln abbrausen. Die Jakobsmuscheln öffnen und das Fleisch mit dem roten Corail vorsichtig herauslösen.

Die Schalen aufheben. Die Corail abtrennen und säubern. Das Muschelfleisch mit dem Limettensaft und wenig braunen Zucker marinieren.

Die Frühlingszwiebeln waschen und sehr fein schneiden.

Die Sahne mit den Sherry, 1 Spritzer Tabasco, Sternanis und Safran in einen Topf geben. Um die Hälfte einkochen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, danach die Sauce passieren.

2 El Butter in eine Pfanne geben und zerlassen. die Corail kurz darin schwenken und herausnehmen. Danach die Muscheln in der Pfanne anbraten, salzen und pfeffern. Mit den Corail für ca. 1 Minute in die Sauce geben.

Die Frühlingszwiebeln mit der restlichen Butter in die Pfanne geben, kurz anschwitzen und mit einem Schuss Weißwein ablöschen.

Frühlingszwiebeln auf den Muschelschalen verteilen, Muschelfleisch und die Corail aus der Sauce nehmen und auf die Frühlingszwiebeln setzen.

Die Sauce mit einem Pürierstab mixen und über die Muscheln geben. Mit Kerbel, glatter Petersilie oder Dill garnieren.

Dazu Baguette reichen.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

30.06.06 Ebulli

Jakobsmuscheln in Bier mit M

gedünstetem Chicoree

Zutaten für 4 Portionen

20 Jakobsmuschel(n)

600 g Chicoree

100 ml Creme double

150 g Butter

2 Schalotte(n)

200 ml Bier

Salz

Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitung

Die Schalotten schälen und fein hacken. Zusammen mit dem Bier einkochen lassen. Von der Creme double 1 El hinzufügen, erneut zum Kochen bringen, dann von der Kochstelle nehmen und 130 g Butter unterrühren. Den harten Teil des Chicorées ausschneiden, die Blätter waschen, in sehr feine Streifen schneiden und in einem Topf in 20 g Butter dünsten. Nach etwa 20 Minuten die restliche Creme double einrühren und den Chicorée mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ein walnussgroßes Stück Butter in einer beschichteten Pfanne zerlassen, die Jakobsmuscheln salzen und pfeffern und 30 Sekunden auf jeder Seite braten.

In die Mitte von vier gut vorgewärmten Tellern den gedünsteten Chicorée geben, drum herum etwas Biersauce verteilen und die Jakobsmuscheln rosettenförmig darauf anordnen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
17.01.05 Judith

Jakobsmuscheln mit Cherry - Sahnesauce M

Zutaten für 4 Portionen

600 g Jakobsmuschel(n), frisch

1 Zwiebel(n)

250 ml Sahne

Sherry

Butter

Dill

100 ml Fischfond

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Jakobsmuscheln waschen und trocken tupfen. Kurz in Butter anbraten, bis sie leicht hellbraun sind. Die Muscheln herausnehmen.

Die Zwiebel mit der übrig gebliebenen Butter andünsten und mit Sherry (Weißwein geht auch) ablöschen. Die Sahne und den Dill dazu geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Muscheln wieder dazugeben und 2-4 Minuten köcheln (nicht länger, sonst werden sie zäh!).

Dazu passt am besten Reis.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

08.06.06 Pistazie

Jakobsmuscheln mit Chicoree M

Zutaten für 4 Portionen

400 g Chicoree

8 Jakobsmuschel(n)

1 Limette(n)

1 Zitrone(n)

125 g Butter

3 El Wein, weiß, trocken

3 El Portwein

1 El Creme double

20 g Zucker

Salz und Pfeffer

Cayennepfeffer

Zubereitung

Die Chicoréestangen nicht waschen, sondern nur sorgfältig abwischen und säubern. Mit einem großen Messer schräg von der Spitze des Gemüses her Scheiben abschneiden, das untere Ende mit dem bitteren Strunk nicht verwenden. Das Ganze in einer großen Schüssel mischen und die Blätter mit den Händen gut voneinander trennen. Die Jakobsmuscheln öffnen, unter fließendem Wasser waschen und die Nüsse mit dem Corail herauslesen. Bereitstellen.

Die Limettenschale mit einem scharfen Messer hauchdünn abschneiden und in möglichst lange, aber sehr, sehr feine Streifen schneiden. (Oder einen Zestenreißer benutzen) Benötigt werden 2 Prisen von diesen Streifen. Den Saft der Limette auspressen - es sollten 2 El werden. 1 El Zitronensaft auspressen.

Den Chicorée mit 2 El Limettensaft beträufeln und 20 g Zucker darüber streuen (das verhindert, dass der Chicorée beim Kochen schwarz wird). Nun 2 Prisen Salz und einige Umdrehungen aus der Pfeffermühle zufügen, alles sorgfältig mit den Händen durchmischen. 25 g Butter in einer großen Kasserolle oder einer Pfanne schmelzen lassen (Der Chicorée soll möglichst wenig übereinanderliegen). Wenn die Butter zu schäumen beginnt, den Chicorée zugeben und 2 Minuten unter ständigem Umrühren sein Wasser abgeben lassen. Nun den Zitronensaft zufügen und eine Minute, aber auf keinen Fall länger, auf großer Flamme unter ständigem Umdrehen weitergaren.

Die Jakobsmuscheln mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen. Eine antihaftbeschichtete Pfanne erhitzen, einige Tropfen Öl hineingehen und die Jakobsmuscheln darin bei guter Hitze eine Minute von jeder Seite braten. Vom Feuer ziehen. In eine kleine Kasserolle den Weißwein und den Portwein geben und auf großer Flamme einkochen. Die Creme double zufügen, wieder einmal aufwellen lassen und dann mit dem Schneebesen 100 g Butter, die in kleinen, eiskalten Stückchen zugegeben wird, einschlagen. Mit Salz, Pfeffer und ein wenig Zitronensaft abschmecken.

Auf vorgewärmte Dessertteller jeweils einen guten Löffel Chicorée geben und darauf zwei Jakobsmuscheln mit ihrem Corail setzen. Nur die Jakobsmuscheln mit ein wenig von der Sauce überziehen und mit den Limettenzesten dekorieren.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

18.03.02 Nearlyheadlessnick

Jakobsmuscheln mit Gemüse und Reis M

Coquilles St.-Jacques mit Gemüse

Zutaten für 4 Portionen

12 Jakobsmuschel(n)
80 g Schalotte(n)
150 g Champignons, frische
250 g Brokkoli
150 g Paprikaschote(n), rote oder grüne
30 g Butter
4 cl Wermut (Noilly Prat)
100 ml Wein, weiß (Sauvignon Blanc)

100 ml Fischfond

½ TI Salz
2 TI Aceto Balsamico
4 EI Sahne, geschlagen
1 EI Öl
100 g Ananas, frische, süße, in Stücke geschnitten
200 g Reis, körnig gekochter
1 EI Sesam, geröstet

Zubereitung

Die Muscheln sorgfältig waschen und säubern. Aus der Schale lösen und den Rogen vom Muskel trennen.

Für das Gemüse die Schalotten schälen und vierteln. Die Champignons waschen, trocknen und in Scheiben schneiden. Den Brokkoli in kleine Röschen teilen, dabei die kleinen zarten Blätter dranlassen. Die Paprikaschote halbieren, schälen, Samen und Scheidewände entfernen und das Fruchtfleisch klein würfeln.

Die Butter in einer entsprechend großen Kasserolle zerlassen und die Schalotten darin kurz andünsten. Die Jakobsmuscheln (Muskel) einmal quer durchschneiden, in die Kasserolle geben und bei mittlerer Hitze etwa 2 Minuten dünsten, bis sie außen fest und weiß geworden sind. Herausnehmen und warm stellen.

Das Gemüse 2 - 3 Minuten in der Kasserolle dünsten und mit Noilly Prat ablöschen. Weißwein und Fischfond zugießen und bei schwacher Hitze langsam weich dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Balsamico würzen. Die Jakobsmuscheln mit dem Rogen dazugeben und bei schwacher Hitze 2 - 3 Minuten ziehen lassen.

Zuletzt die geschlagene Sahne unterrühren. Für die Beilage das Öl erhitzen und die Ananasstücke darin kurz anbraten. Den Reis und die Sesamsamen untermischen. Und danach alles servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

04.04.03 Kingpin

Jakobsmuscheln mit Kartoffelhaube M

Zutaten für 4 Portionen

1 Zwiebel(n), in Ringe geschnitten

400 g Jakobsmuschel(n), ausgelöst

1 Lorbeerblatt

50 ml Wein, weiß

75 ml Wasser

½ Zitrone(n), den Saft davon

25 g Butter

25 g Mehl

125 ml Milch

75 ml Sahne

200 g Kartoffeln (Kartoffelpüree mit Salz und Butter, keine Milch)

Fett für die Form

Zubereitung

Zwiebel weich dünsten, Jakobsmuscheln und Lorbeerblatt zugeben und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Wein, Wasser und Zitronensaft angießen. 5 Minuten pochieren. Flüssigkeit abgießen und aufheben.

Butter schmelzen und Mehl unterrühren. Nach und nach reservierte Flüssigkeit und Milch zugeben und 5 Minuten köcheln lassen. Sahne unterrühren.

Jakobsmuscheln in eine gefettete Auflaufform geben und Sauce darüber gießen. Mit Kartoffelpüree bedecken. Bei 200°C etwa 10-15 Minuten backen, bis die Oberfläche leicht gebräunt ist.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

13.03.06 Cappuccino

Jakobsmuscheln mit Knoblauch M

Zutaten für 4 Portionen

12 Jakobsmuschel(n), frisch oder TK

50 g Butter

8 Zehe/n Knoblauch

Petersilie, glatt

1 Glas Wein, weiß

Salz und Pfeffer

1 Tasse Sahne

Zubereitung

In einer Pfanne Butter schmelzen und die Muscheln dazugeben. Bei kleiner Hitze schwenken, ohne dass die Butter braun wird. Gehackten Knoblauch dazugeben. Nun gehackte Petersilie und Wein zugeben. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Muscheln auf kleiner Flamme zwanzig Minuten dünsten. Vor dem Anrichten die Sahne zugeben. Als Beilage nehmen wir Bandnudeln.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

09.10.05 Störtebeker

Jakobsmuscheln mit Orangensauce

Zutaten für 4 Portionen

12 Jakobsmuschel(n)

3 Orange(n), (davon eine unbehandelt)

3 El Butter

100 ml Wein, weiß

100 ml Fischfond

4 cl Wermut, trockener

3 El Zitronensaft

10 Körner Pfeffer, eingelegte grüne

1 El Basilikum - Blätter (in Streifen geschnitten)

Zubereitung

Von einer Orange ca. 1 El. Zesten (feine Streifen) abziehen. Alle Orangen schälen (incl. weißer Haut) und filetieren. Den Saft dabei auffangen.

2 El. Orangensaft, Weißwein, Wermut, Zitronensaft und Fischfond in einem Topf aufkochen lassen. 2 El. Butter unterrühren und mit Salz abschmecken. Orangenfilets und Pfefferkörner zugeben, warm halten.

1 El. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Jakobsmuscheln darin bei kleiner Hitze ca. 4 Minuten braten, einmal wenden.

Jakobsmuscheln mit Orangen-Sauce, Basilikum, Orangenzesten und Frühlingszwiebelringen anrichten.

Dazu schmeckt ein leichtes Risotto oder Baguette

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

16.08.04 Elan

Jakobsmuscheln mit Safransauce M

Zutaten für 4 Portionen

16 große Jakobsmuschel(n), frisch

½ Ei Butter

2 Schalotte(n), fein gehackt

Salz

Pfeffer, schwarz

150 ml Wein, weiß, trocken

250 ml Fischfond

200 ml Creme fraiche

8 Safranfäden, aufgelöst in etwas Weißwein

Die Rogen von den Muscheln trennen, die Muscheln der Breite nach halbieren. Auf ein Tuch legen. Die Butter erhitzen und die Schalotten zufügen. Zudecken und bei milder Hitze weich dünsten. Die Jakobsmuscheln würzen und in die Pfanne geben. Bei milder Hitze 1 min garen. Die Rogen zugeben und 1 weitere min. garen. Die Jakobsmuscheln und Rogen aus der Pfanne nehmen und warm halten.

Den Wein zu den Schalotten geben und bis auf 2 El einkochen. Den Fond einrühren und bis auf 1/2 Tasse reduzieren. Die Creme fraiche und den aufgelösten Safran zufügen und köcheln lassen, bis die Sauce leicht eingedickt ist. Die Sauce auf 4 Teller verteilen und die Muscheln und Rogen darauf anrichten.

Evtl. mit hauchdünn gehobelten Karottenstreifen verzieren.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

17.06.05 lametti

Medaillon von Seezunge und Jakobsmuschel M

4 Seezungenfilets

4 Jakobsmuscheln

100 g Zanderfilet (ersatzweise - Lachsfilet)

100 g Sahne

Estragon

Beilagen

1.2 kg Spargel
800 g Kartoffeln

Sauce

50 g Noilly Prat (franz.- Wermutwein)
100 g Butter
etwas Zitronensaft
Salz und Pfeffer

Das Zander- bzw. Lachsfilet in kleine Stücke schneiden, gut salzen und 15 Minuten im Gefrierfach anfrosten. In der Küchenmaschine fein mixen, eiskalte Sahne zugeben und solange mixen, bis eine schöne Bindung entstanden ist. Die Seezungenfilets auf der ehemaligen Hautseite dünn mit der Farce bestreichen, Estragonblätter in die Mitte geben und die Jakobsmuscheln einrollen. Dabei die Seezungen immer in Richtung Schwanzende einrollen, leicht mit Mehl bestäuben, in der Pfanne auf beiden Seiten goldbraun anbraten und im Ofen bei 180 Grad auf jeder Seite noch 3 Minuten garen.

Den Spargel 5 Minuten vor dem Schälen in kaltem Wasser wässern. Die Schalen ganz kurz in kochendes Wasser geben, wieder herausnehmen, das Wasser salzen und den geschälten Spargel darin bissfest kochen.

Für die Sauce Noilly Prat kurz aufkochen, etwas Zitronensaft zugeben und die Butter in kleinen Stücken unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten:

Den Spargel in die Mitte des Tellers geben, darauf die halbierten Seezungenmedaillons anrichten, darüber die Salzkartoffelachtel geben und die Sauce angießen.

Getränk:

Als Getränk empfiehlt Ulrich Heldmann einen trockenen Riesling von der Nahe.

Man führt gegen den Wein nur die bösen Taten an, zu denen er verleitet, allein er verleitet auch zu hundert guten, die nicht so bekannt werden.
Georg Christoph Lichtenberg

Meeresfrüchte - Risotto

Zutaten für 4 Portionen

185 g Kalmar(e) (Kalmarmäntel)

200 g Garnele(n)

4 El Öl (Olivenöl)

2 Zehe/n Knoblauch

185 g Fischfilet, festes weißes, wie Seeteufel, Seebarsch oder frischer Kabeljau, ohne Haut

16 Jakobsmuschel(n), gesäubert

1 Liter Fond vom Fisch

1 Stange/n Porree, nur die weißen Abschnitte, in dünne Scheiben geschnitten

350 g Reis (Risotto-Reis)

125 ml Wein, weiß, trocken

3 Tomate(n) (Eiertomaten), zerkleinert

1 El Butter

½ El Petersilie, fein gehackt

½ El Dill, fein gehackt

Zubereitung

Die Kalmarmäntel in dünne Ringe schneiden. Schale und Darm der Garnelen entfernen.

Die Hälfte des Öls in einem großen, gusseisernen Topf erhitzen (nach Möglichkeit sollte der Topf breiter als tief sein); den Knoblauch 20-30 Sekunden leicht andünsten.

Kalmare und Garnelen zugeben, leicht würzen. Die Temperatur erhöhen. Garen, bis die Meeresfrüchte milchweiß werden.

Aus dem Topf nehmen und beiseite stellen.

Fischstücke und Jakobsmuscheln in den Topf geben und dünsten, bis sich die Farbe des Fisches verändert. Herausnehmen und beiseite stellen.

Den Fond in einen zweiten Topf gießen, aufkochen lassen und dann simmern.

Das restliche Öl im ersten Topf erhitzen, den Porree darin 3-4 Minuten weich dünsten, aber nicht bräunen. Reis zugeben. Die Hitze reduzieren. Würzen und kurz umrühren, so dass der Reis überzogen ist, dann den Weißwein zugießen.

Die Hitze erhöhen und unter Rühren kochen, bis die Flüssigkeit vollständig aufgenommen worden ist.

Eine Kelle des köchelnden Fonds einrühren. Bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren köcheln. Sobald er aufgesogen worden ist, eine weitere Kelle Fond zugeben.

20 Minuten lang fortfahren, bis der gesamte Fond verarbeitet wurde und der Reis al dente ist.

(Eventuell wird nicht der gesamte Fond benötigt oder man braucht etwas mehr - jedes Risotto ist anders. Wer mag, erhält durch mehr Fond ein flüssigeres Risotto.)

Vorsichtig die Tomaten und gegarten Meeresfrüchte unterheben. Den Topf vom Herd nehmen. Langsam die Butter und die gehackten Kräuter einrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

In vorgewärmte Schalen füllen und sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

08.07.02 Judythchen

Muschelriesotto mit Safranfäden M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

500 g Muschel(n) (Venusmuscheln)

2 El Olivenöl

150 g Gemüse (Lauch, Frühlingszwiebel, Sellerie, Karotte, Schalotte), gewürfelt

2 El Pfeffer - Körner

1 Lorbeerblatt

2 Zweig/e Thymian

1 Zehe/n Knoblauch

100 ml Wein, weiß

80 g Butter

3 Schalotte(n), fein gehackt

2 Tasse/n Reis (Risottoreis)

100 ml Wein, weiß

500 ml Fischfond

500 ml Fond (Muschelfond)

2 g Safranfäden

4 El Parmesan, gerieben

Salz und Pfeffer

8 Jakobsmuschel(n)

etwas Pesto

Zubereitung

Die Muscheln vom Bart befreien und waschen. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Das Gemüse, Knoblauchzehe und Muscheln hinzufügen und e-

benfalls anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und die Muscheln zugedeckt köcheln lassen, bis sich die Schalen öffnen.

Alles auf ein Sieb schütten, den Muschelfond auffangen. Nicht geöffnete Muscheln wegwerfen. Einige geöffnete Muscheln zum Garnieren zurückbehalten, von den restlichen das Fleisch aus den Schalen lösen.

Für das Risotto 50 g Butter zergehen lassen, die Schalotten etwa 3 Minuten darin anschwitzen. Reis hinzugeben und unter Rühren 2 Minuten andünsten. Mit Weißwein portionsweise ablöschen und jeweilsiterrühren, bis dieser aufgesogen ist. Auf diese Weise den gesamten Wein einrühren. Den Reis mit Fisch- und Muschelfond auffüllen und sanft köcheln lassen. Wenn er fast gar, d.h. noch bissfest ist, die Safranfäden begeben und kurz mitköcheln lassen.

Die restliche Butter und den Parmesan unterrühren, das Muschelfleisch hinzufügen und heiß werden lassen. Das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Jakobsmuscheln in einer Grillpfanne kurz anbraten. Mit Jakobsmuscheln, den zurückbehaltenen Muscheln in den Schalen und etwas Pesto in tiefen Tellern anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

17.01.06 pebbles4

Nudeln mit Meeresfrüchten und Gemüse M

250 g Zuckerschote ;o. sehr feine grüne Bohnen

250 g Nudeln ; hausgemacht

2 Ei Schalotten; feingehackt

2 Ei Porree; feingehackt

1/8 l Weißwein

250 g Meeresfrüchte

z.B. Jakobsmuscheln; Scampi; Langostinos Vongole

5 cl Weißweinessig

80 g Butter

3 Ei Sahne

1/2 TI Pfeffer; aus d. Mühle

Salz

Die Zuckerschoten, Erbsen oder Bohnen putzen und in 1 Liter kochendem Salzwasser in 5-10 Minuten garen. Das Gemüse abgießen und kalt abspülen. Die Nudeln in kochendem Wasser al dente kochen.

Die Schalotten mit Porree und Weißwein 10 Minuten kochen.

Meeresfrüchte von Schalen oder Krusten befreien und, je nach Größe 3-5 Minuten im Weinsud ziehen lassen und darin warm halten. Die Nudeln mit den kleingeschnittenen Meeresfrüchten (einige davon ganz als Garnitur zurückbehalten) mischen. Den Sud durch ein Sieb in eine

weite Pfanne gießen. Den Essig zufügen und auf die Hälfte einkochen lassen. Die Butter in kleine Stücke schneiden und mit dem Schneebesen unter die schwachkochende Sauce rühren. Die Sahne zufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Nudeln abgießen und mit den Meeresfrüchten und dem Gemüse mischen. Die Sauce darüber verteilen.

Pro Portion 560 kcal

Seezungenröllchen in Safransoße M

(Für 4 Personen)

ZUTATEN:

8 Seezungenfilets (ca.600 g)

1 Zitrone (Saft)

Salz

Pfeffer

1 Bd. Basilikum

1 Zwiebel (50 g)

40 g Butter

100 ml trockener Weißwein

250 g Creme double

1 Briefchen Safran (0,1g)

4 Jakobsmuscheln mit Rogen ('a 60 g)

Zubereitung:

Seezungenfilets waschen, trocken tupfen und säuern. Würzen, gehacktes Basilikum darauf verteilen. Fischfilets aufrollen und feststecken.

Zwiebelwürfel in 20 g heißer Butter andünsten. Wein zugießen und die Röllchen darin 6-7 Minuten dünsten. Herausnehmen, warm stellen.

Creme double und Safran in den Fond geben, ca. 4 Minuten einkochen lassen.

Jakobsmuscheln waschen, trocken tupfen, halbieren, pfeffern, in restlicher heißer Butter 4 Minuten braten. Alles anrichten. Nach Wunsch mit Estragon garnieren.

Dazu passt: Reis.

Pro Person ca. 690 kcal (2900 kJ)

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

Spießchen vom Lachs und M

Jacobsmuscheln auf Lauch

Zutaten für 4 Portionen

4 Lachs - Medaillons a 80 g

12 Jakobsmuschel(n)

2 Stange/n Lauch

20 g Butter

2 cl Wein, weiß, trocken, etwas Wermut

1/8 Liter Fischfond (bei meinen Rezepten)

1/8 Liter Creme double

40 g Butter, eiskalte

Cayennepfeffer

Salz und Pfeffer, aus der Mühle

etwas Zitronensaft

Zubereitung

Die Lachsmedaillons in 2x2 cm große Würfel schneiden.

Die Jakobsmuscheln unter fließendem Wasser säubern und den Muskel entfernen. Den Rogen (Corail) abtrennen.

Abwechselnd Lachs und Jakobsmuscheln auf einen Holzspieß stecken und leicht würzen.

Die Lauchstangen halbieren, den Sand gründlich heraus waschen und den grünen Teil abschneiden. Das Weiße vom Lauch in 5 cm lange Streifen schneiden

Eine feuerfeste Form ausbuttern und mit den Lauchstreifen auslegen.

Wermut, Weißwein und Fischfond angießen und die Spießchen obenauf legen. Mit Alufolie gut abdecken.

Für 15 Minuten in den 200° C heißen Ofen schieben und garen.

Den Fond in eine Kasserolle abgießen und um die Hälfte einkochen. Creme double zugeben und abermals auf die Hälfte reduzieren. Mit dem Pürierstab die eiskalte Butter unterschlagen.

Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken und nochmals erhitzen.

Den Corail eine Minute in der Sauce ziehen lassen.

Die Spießchen mit dem Lauch aus der Form heben und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit der Sauce überziehen und den Corail dekorativ anlegen.

Beilage: Langkornreis.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

16.04.05 otto42

Jakobsmuscheln **Anderes**

Crepes mit Meeresfrüchten 1 Ei M

4 Portionen

Crepe-Teig

1/8 l Milch

4 Mehl

1 Ei

1 Prise Salz

Öl zum Braten

Füllung

2 Schalotten

4 Jacobsmuscheln

150 g Shrimps

150 g frischer Lachs

1 Ei Butter

100 g Petersilie, gehackt

1/8 l fertige Béchamelsauce

Zum Bestreuen

50 g Parmesankäse, gerieben

Milch und Mehl verquirlen, 15 Minuten quellen lassen. Dann Ei und Salz unterrühren und im heißen Öl in einer kleinen Pfanne 4 hellbraune Pfannkuchen backen. Schalotten fein würfeln. Jacobsmuscheln und Lachs ebenfalls in Würfel schneiden. Butter schmelzen. Schalotten, Muscheln und Lachs darin andünsten. Shrimps und Petersilie zufügen und mitdünsten. Béchamelsauce darüber gießen, gut vermischen, würzen und abschmecken. Die Masse auf die Crepes verteilen, aufrollen und nebeneinander in eine gefettete ofenfeste Form legen. Mit Parmesankäse bestreuen und mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Die Form auf dem Traggitter in den Gasbackofen einschieben und überbacken. Heiß servieren.

Edelfischspieße auf Sauerrahmgurken M

Zutaten für 2 Portionen

100 g Lachsfilet

100 g Jakobsmuschel(n)

½ Salatgurke(n)

Salz

Pfeffer

Zitronensaft

Cayennepfeffer

¾ Becher Sauerrahm

etwas Dill, gehackt

Öl zum Anbraten

Zubereitung

Das Lachsfilet und die Jakobsmuscheln waschen, trocknen und anschließend in mundgerechte Stücke schneiden.

Die Fischstücke und die Muschelstücke abwechselnd auf Spieße stecken (bei Verwendung von Holzspießen sollten diese vorher in Wasser etwas eingeweicht werden).

Die halbe Salatgurke schälen und in feine Stifte hobeln. Salzen und einige Zeit stehen lassen. Nach kurzer Zeit kräftig ausdrücken.

Sauerrahm, Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Cayennepfeffer vermengen und mit etwas gehacktem Dill vermischen.

Die Fischspieße in heißem Olivenöl von allen Seiten kurz anbraten. Auf den Sauerrahmgurken anrichten, mit etwas Dill garnieren und sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

16.05.06 Ela*

Fritto misto di mare 1 Eiweiß

Zutaten für 12 Portionen

250 g Kalmar(e), kleine

12 große Garnele(n)

8 kleine Tintenfische

16 Jakobsmuschel(n), gesäubert

12 Sardinen, frische, ausgenommen und ohne Kopf

250 g Fischfilet, festes weißes, (z.B. Lengfisch, Kabeljau oder Schnapper), ohne Haut,

Knoblauch -Sardellen-Sauce:

125 ml Öl (kaltgepresstes Olivenöl)
2 Zehe/n Knoblauch, zerdrückt

3 Sardellenfilet(s), zerkleinert
2 El Petersilie, fein gehackt
1 Prise Chili

Für den Teig:

200 g Mehl
80 g Öl (Olivenöl)

1 Eiweiß

Zum Verzieren:
Zitrone(n), in Spalten
Petersilie

Zubereitung

Den Backofen auf 140°C (Gas 1) vorheizen.
Kalmare reinigen; Kopf und Tentakel mit den Innereien aus dem Körper ziehen. Die Köpfe unterhalb der Augen abschneiden und wegwerfen, die Tentakel beiseite stellen. Die Mäntel spülen, das transparente Fischbein herausziehen und die Mäntel in Ringe schneiden.
Garnelen auspülen, Schwänze intakt lassen.
Tintenfische säubern: Den Kopf aufschneiden und die Innereien entfernen. Die Augen und den harten Kiefer herausschneiden. Oktopusse spülen. Sind sie relativ groß, halbieren oder vierteln.
Für die Sauce das Öl in einer Pfanne erhitzen. Alle Zutaten bei schwacher Hitze 1 Minute dünsten, bis der Knoblauch bissfest, aber nicht braun ist. Warm oder gekühlt servieren.
Für den Teig: das Mehl und $\frac{1}{4}$ TL Salz in eine Schüssel sieben. Mit einem Holzlöffel das Öl einrühren, dann langsam 315 ml warmes Wasser zugießen. Wird der Teig flüssig, mit einem Schneebesen zu einem glatten, dicken Teig verarbeiten. Das Eiweiß steif schlagen und unterheben.
In einer Friteuse oder tiefen Pfanne Öl auf ca. 190°C erhitzen (bis ein Brotwürfel darin in 10 Sekunden goldbraun wird).
Die Meeresfrüchte mit Küchenpapier trocken tupfen, damit der Teig haftet. Eine Sorte nach der anderen verarbeiten. Erst in den Teig tunken, etwas abtropfen lassen. Dann vorsichtig in das Öl geben. Je nach Größe 2-3 Minuten frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen; im Ofen warm stellen. Nicht aufeinander legen! Nun die nächsten Meeresfrüchte frittieren. Alle Meeresfrüchte mit Zitrone und Petersilie garnieren und mit der Sauce sofort servieren

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 20 Minuten
28.12.02 Judith

Fritto misto di mare 1 Eiweiß

Zutaten für 12 Portionen

250 g Kalmar(e), kleine

12 große Garnele(n)

8 kleine Tintenfische

16 Jakobsmuschel(n), gesäubert

12 Sardinen, frische, ausgenommen und ohne Kopf

250 g Fischfilet, festes weißes, (z.B. Lengfisch, Kabeljau oder Schnapper), ohne Haut,

Knoblauch -Sardellen-Sauce:

125 ml Öl (kaltgepresstes Olivenöl)

2 Zehe/n Knoblauch, zerdrückt

3 Sardellenfilet(s), zerkleinert

2 El Petersilie, fein gehackt

1 Prise Chili

Für den Teig:

200 g Mehl

80 g Öl (Olivenöl)

1 Eiweiß

Zum Verzieren:

Zitrone(n), in Spalten

Petersilie

Zubereitung

Den Backofen auf 140°C (Gas 1) vorheizen.

Kalmare reinigen; Kopf und Tentakel mit den Innereien aus dem Körper ziehen. Die Köpfe unterhalb der Augen abschneiden und wegwerfen, die Tentakel beiseite stellen. Die Mäntel spülen, das transparente Fischbein herausziehen und die Mäntel in Ringe schneiden.

Garnelen auspülen, Schwänze intakt lassen.

Tintenfische säubern: Den Kopf aufschneiden und die Innereien entfernen.

Die Augen und den harten Kiefer heraus schneiden. Oktopusse spülen.

Sind sie relativ groß, halbieren oder vierteln.

Für die Sauce das Öl in einer Pfanne erhitzen. Alle Zutaten bei schwacher Hitze 1 Minute dünsten, bis der Knoblauch bissfest, aber nicht braun ist.

Warm oder gekühlt servieren.

Für den Teig: das Mehl und ¼ TI Salz in eine Schüssel sieben. Mit einem Holzlöffel das Öl
Einrühren, dann langsam 315 ml warmes Wasser zugießen. Wird der Teig flüssig, mit einem Schneebesen zu einem glatten, dicken Teig verarbeiten. Das Eiweiß steif schlagen und unterheben.
In einer Friteuse oder tiefen Pfanne Öl auf ca. 190°C erhitzen (bis ein Brotwürfel darin in 10 Sekunden goldbraun wird).
Die Meeresfrüchte mit Küchenpapier trocken tupfen, damit der Teig haftet. Eine Sorte nach der anderen verarbeiten. Erst in den Teig tunken, etwas abtropfen lassen. Dann vorsichtig in das Öl geben. Je nach Größe 2-3 Minuten frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen; im Ofen warm stellen. Nicht aufeinander legen! Nun die nächsten Meeresfrüchte frittieren. Alle Meeresfrüchte mit Zitrone und Petersilie garnieren und mit der Sauce sofort servieren

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 20 Minuten
28.12.02 Judith

Garnelen und Jakobsmuscheln

mit roter Currypaste

Zutaten für 4 Portionen

500 g Garnele(n), mittelgroß, roh

250 g Jakobsmuschel(n), frisch

2 El Currypaste, rot

2 El Öl

2 Tomate(n) in Stücken

1 El Limettensaft

1 TI Limette(n) - Schale, gerieben (Garnitur)

Zubereitung

Die Garnelen schälen und den Darm entfernen, die Schwänze intakt lassen.

Garnelen, Muscheln, Currypaste und Öl in einer Schüssel vermischen. Mit Klarsichtfolie abgedeckt ca. 30 Min. in den Kühlschrank stellen.

Wok oder schwere Pfanne heiß werden lassen. Die Meeresfrüchte nochmals gut durchmischen. In 2-3 Portionen im Wok jeweils 3 Min. garen, dabei den Wok häufig schütteln.

Von der Kochstelle nehmen und alle Meeresfrüchte in den Wok geben, dann die Tomaten und den Limettensaft sorgfältig untermischen. Mit Limettenschale garnieren und möglichst sofort servieren.

Dazu esse ich Reis.

Tipp:

Meeresfrüchte im heißen Wok rasch garen, um Saft und Aroma zu bewahren. Nicht zu lange garen, weil sie sonst hart werden.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

01.07.02 Laxmy

Garnelen und Jakobsmuscheln

mit roter Currypaste

Wok

Zutaten für 4 Portionen

500 g Garnele(n), mittelgroß, roh

250 g Jakobsmuschel(n), frisch

2 El Currypaste, rot

2 El Öl

2 Tomate(n) in Stücken

1 El Limettensaft

1 TI Limette(n) - Schale, gerieben (Garnitur)

Zubereitung

Die Garnelen schälen und den Darm entfernen, die Schwänze intakt lassen.

Garnelen, Muscheln, Currypaste und Öl in einer Schüssel vermischen. Mit Klarsichtfolie abgedeckt ca. 30 Min. in den Kühlschrank stellen.

Wok oder schwere Pfanne heiß werden lassen. Die Meeresfrüchte nochmals gut durchmischen. In 2-3 Portionen im Wok jeweils 3 Min. garen, dabei den Wok häufig schütteln.

Von der Kochstelle nehmen und alle Meeresfrüchte in den Wok geben, dann die Tomaten und den Limettensaft sorgfältig untermischen. Mit Limettenschale garnieren und möglichst sofort servieren.

Dazu esse ich Reis.

Tipp:

Meeresfrüchte im heißen Wok rasch garen, um Saft und Aroma zu bewahren. Nicht zu lange garen, weil sie sonst hart werden.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

01.07.02 Laxmy

Garnelen und Meeresfrüchte M

Überbacken

Zutaten für 4 Portionen

400 g Erbsen, aus der Dose

200 g Garnele(n) - Schwänze

4 EI Sahne

12 Jakobsmuschel(n)

12 Muschel(n) (Miesmuscheln)

3 EI Semmelbrösel

6 EI Olivenöl

Pfeffer - Körner, grüne

Salz

Zubereitung

Muscheln gut abbürsten. Miesmuscheln mit 2 EI Olivenöl in Kasserolle erhitzen, bis sie sich öffnen, herausnehmen, halbieren und Fleisch in einer Muschelhälfte lassen. Fleisch der Jakobs und - Venusmuscheln roh entnehmen. Schalen der Jakobsmuscheln beiseite stellen.

Die Garneleschwänze einige Min. mit 2 EI Öl in einer kleiner Pfanne anbraten, salzen und beiseite stellen. Die Erbsen durch ein Sieb streichen und in einer Schüssel auffangen.

Den Backofen auf 250 Grad vorheizen. Das Erbsenpüree bei geringe Temperatur andünsten, die Sahne, eine Prise Salz und etwas gem. Pfeffer dazugeben, eindicken lassen. Auf einem feuerfesten Teller verteilen.

Leere Muschelschalen mit Venus und -Miesmuschelfleisch füllen und kreisförmig um das Püree anordnen. Mit Miesmuscheln einen zweiten Kreis formen, in die Mitte die Garnelen anrichten. Mit Semmelbrösel bestreuen, mit restlichem Öl beträufeln und zum Überbacken in den Backofen stellen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

04.04.05 bingi

Gelbflossige Meerbarbe mit Meeresfrüchten

Zutaten für 2 Portionen

2 Fisch(e) (Meerbarben), je ca. 400 g

2 Jakobsmuschel(n)

100 g Nordseekrabben, gepult

50 g Kaviar (Forellenkaviar)

- 1 Schalotte(n), fein gewürfelt
- 1 Zehe/n Knoblauch, fein gewürfelt
- 2 Zweig/e Rosmarin
- 4 Zweig/e Thymian
- 2 Zweig/e Dill
- Senf, scharf
- 2 Ei Butter
- 2 Ei Olivenöl
- Salz und Pfeffer

Das Ausnehmen und Schuppen der Fische macht der Händler. Alle Flossen bis auf die Schwanzflosse, abtrennen. Fische auf jeder Seite dreimal schräg einschneiden. Schnitte und Bauchhöhle mit Senf bestreichen, salzen, mit den Kräutern und Knoblauchwürfelchen von einer halben Zehe füllen.

Jacobsmuscheln mit der offenen Seite nach oben halten und den Muskel an der flachen Innenseite mit einem stabilen Messer durchtrennen. In der unteren, gewölbten Schale am grauen Rand das Muskelfleisch rundherum auslösen. Die Muschel aus der Schale nehmen, den grauen Rand vom weißen Muskelfleisch abziehen. Das weiße Muskelfleisch, in der Fachsprache Nüsschen, vorsichtig vom orangefarbenen Rogen (Corail) trennen. In einer großen Pfanne 1 Ei Butter und 2 Ei Olivenöl heiß werden lassen und die Barben bei großer Hitze 2 Minuten anbraten, dann die Hitze um die Hälfte runterstellen. Sobald die Seite braun ist, umdrehen, eine Minute große Hitze dann wieder runterstellen und den Fisch zu Ende garen. Die Seite, die beim Servieren oben liegt, zuerst anbraten.

Für die Jacobsmuscheln in einer Stielkasserolle 1 Ei Butter heiß werden lassen, Schalotten- und Knoblauchwürfel kurz anschwitzen. Das weiße Muskelfleisch in der Mitte durchschneiden, so dass zwei gleich dicke runde Scheiben entstehen. Zusammen mit dem Corail von jeder Seite eine Minute und mittlerer Hitze bei geschlossenem Topf gar dünsten.

Fisch unten auf den Teller legen, Jacobsmuschel in der gewölbten Schale über dem Fisch platzieren und alles mit Krabben, Kaviar und einigen frischen Kräutern nach Wahl dekorieren.

Als Beilage z.B. Linsen-Aprikosen-Curry und einige Kartoffelhälften.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 15 Minuten

11.09.05 Schrat

Gratinierte Jakobsmuscheln M

Zutaten für 4 Portionen

- 8 Jakobsmuschel(n), in der Schale
- 100 g Schalotte(n)

2 Zehe/n Knoblauch
1 Chicoree, rot, Fruchtfleisch davon

150 ml Sahne

50 g Butter

50 ml Fischfond

2 Ei Petersilie, gehackt
30 g Weißbrot, vom Vortag, grob gerieben
Salz und Pfeffer, frisch gemahlen

1 Chilischote(n)

Salat:

100 g Salat (Pflücksalat)

20 g Schalotte(n), geschält

½ Zehe/n Knoblauch, geschält

100 g Tomate(n)

2 Ei Essig (Champagneressig)

2 Ei Öl (Walnussöl)

2 Ei Öl (Sonnenblumenöl)

1 Ei Kräuter (Schnittlauch, Petersilie), gehackt

Salz und Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitung

Die Muscheln sorgfältig waschen, säubern und aus der Schale lösen. Dafür jede Jakobsmuschel mit einem Tuch so festhalten, dass die flache Schale nach oben zeigt. Ein spitzes, starkes Messer zwischen die Schalen schieben und den Muskel an der flachen Innenseite durchtrennen. Die flache Schale abheben. Die gewölbte untere Schale festhalten und mit dem Messer entlang dem grauen Mantelrand fahren. Das Fleisch aus der Schale heben.

Den grauen Rand vom weißen Muskelfleisch (es wird in der Fachsprache als Nüsschen bezeichnet) und dem orangefarbenen Rogen (auch Corail genannt) abziehen. Muskelfleisch und Rogen vorsichtig voneinander trennen und beides in etwa 1,5 cm-große Stücke schneiden. Die 4 gewölbten Muschelschalen auswaschen.

Schalotten und Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Das Fruchtfleisch der Chilischote sehr fein würfeln. Die Sahne auf etwa ein Drittel einkochen lassen. In der Zwischenzeit die Salatblätter waschen, Schalotte und Knoblauch fein hacken. Die Tomaten häuten, Stielansätze sowie Samen entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln.

Die restlichen Zutaten für den Salat zu einer Vinaigrette verrühren, die Schalotten-, die Knoblauch- und die Tomatenwürfel untermischen.

30 g Butter in einer Pfanne zerlassen. Schalotten, Knoblauch und Chili darin farblos anschwitzen. Das Muschelfleisch zufügen und unter Wenden leicht angehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Fischfond angießen und einkochen lassen. Petersilie einstreuen. Eingegekochte Sahne untermischen.

Die Füllung auf die gewölbten Muschelschalen verteilen, mit den Bröseln bestreuen, mit der restlichen Butter in Flöckchen belegen und unter dem vorgeheizten Grill kurz gratinieren. Die Salatblätter auf Tellern arrangieren, mit der Vinaigrette beträufeln, die Muscheln daneben anrichten und das Gericht sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten
29.01.05 Judith

Gratinierte Jakobsmuscheln M

Zutaten für 4 Portionen

8 Jakobsmuschel(n), in der Schale
100 g Schalotte(n)
2 Zehe/n Knoblauch
1 Chicoree, rot, Fruchtfleisch davon

150 ml Sahne

50 g Butter

50 ml Fischfond

2 Ei Petersilie, gehackt
30 g Weißbrot, vom Vortag, grob gerieben
Salz und Pfeffer, frisch gemahlen

1 Chilischote(n)

Salat:

100 g Salat (Pflücksalat)

20 g Schalotte(n), geschält

½ Zehe/n Knoblauch, geschält

100 g Tomate(n)

2 Ei Essig (Champagneressig)

2 Ei Öl (Walnussöl)

2 Ei Öl (Sonnenblumenöl)

1 Ei Kräuter (Schnittlauch, Petersilie), gehackt

Salz und Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitung

Die Muscheln sorgfältig waschen, säubern und aus der Schale lösen. Dafür jede Jakobsmuschel mit einem Tuch so festhalten, dass die flache Schale nach oben zeigt. Ein spitzes, starkes Messer zwischen die Schalen schieben und den Muskel an der flachen Innenseite durchtrennen. Die flache Schale abheben. Die gewölbte untere Schale festhalten und mit dem Messer entlang dem grauen Mantelrand fahren. Das Fleisch aus der Schale heben.

Den grauen Rand vom weißen Muskelfleisch (es wird in der Fachsprache als Nüsschen bezeichnet) und dem orangefarbenen Rogen (auch Corail genannt) abziehen. Muskelfleisch und Rogen vorsichtig voneinander trennen und beides in etwa 1,5 cm-große Stücke schneiden. Die 4 gewölbten Muschelschalen auswaschen.

Schalotten und Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Das Fruchtfleisch der Chilischote sehr fein würfeln. Die Sahne auf etwa ein Drittel einkochen lassen. In der Zwischenzeit die Salatblätter waschen, Schalotte und Knoblauch fein hacken. Die Tomaten häuten, Stielansätze sowie Samen entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln.

Die restlichen Zutaten für den Salat zu einer Vinaigrette verrühren, die Schalotten-, die Knoblauch- und die Tomatenwürfel untermischen.

30 g Butter in einer Pfanne zerlassen. Schalotten, Knoblauch und Chili darin farblos anschwitzen. Das Muschelfleisch zufügen und unter Wenden leicht angehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Fischfond angießen und einkochen lassen. Petersilie einstreuen. Eingekochte Sahne untermischen.

Die Füllung auf die gewölbten Muschelschalen verteilen, mit den Bröseln bestreuen, mit der restlichen Butter in Flöckchen belegen und unter dem vorgeheizten Grill kurz gratinieren. Die Salatblätter auf Tellern arrangieren, mit der Vinaigrette beträufeln, die Muscheln daneben anrichten und das Gericht sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten
29.01.05 Judith

Kommentar von laguiole 30.01.2005 20:41
Hi Judith,

dein Rezept klingt interessant. Mit rotem Chicorée kann ich was anfangen, was meinst du aber mit dem Fruchtfleisch davon? Oder ist was anderes gemeint?

Salut, laguiole

[Jakobsmuschel - Salat](#)

Zutaten für 4 Portionen

300 g Jakobsmuschel(n)

5 El Öl (Oliven)

2 El Limonensaft

1 Peperoni

1 Frühlingszwiebel(n)

1 Stück Peperoncini, klein

Salz

Salat (Blätter)

Zubereitung

Muscheln in gleichmäßige Stücke schneiden, in etwas Öl kurz andünsten, würzen und auskühlen lassen.

Limonensaft mit Salz mischen, Olivenöl und das kleingeschnittenen Gemüse zugeben und mit den Muscheln mischen.

Sollte mindestens 30 Min. durchziehen. Dann auf Salatblättern anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

05.02.01 Sonja*

Jakobsmuschelcarpaccio

Zutaten für 4 Portionen

4 Jakobsmuschel(n) (ganz frisch!!)

2 TI Pfeffer - Körner, rosa

2 EI Limonensaft

2 EI Olivenöl

1 TI Meersalz

4 Kirschtomate(n)

Frisee (einige Blätter davon)

½ TI Senf

1 EI Balsamico

2 EI Olivenöl

Salz

Pfeffer

Zubereitung

Die Jakobsmuscheln auslösen (nur das weiße Muskelfleisch wird verwendet) und kurz anfrosten. In hauchfeine Scheiben schneiden und auf Tellern anrichten.

Die Kirschtomaten in sehr feine Scheiben schneiden und ebenfalls anrichten.

Den Friseesalat waschen, trocken schleudern und durch eine Marinade aus Senf, Balsamico, Olivenöl, Salz und Pfeffer ziehen und ebenfalls auf den Tellern anrichten.

Limonensaft mit Olivenöl verquirlen und in eine Sprühflasche füllen. Die Muschelscheibchen und die Tomaten mit der Soße besprühen.

Den rosa Pfeffer mit dem Meersalz mörsern und auf die Jakobsmuschelscheiben streuen.

Unbedingt ganz frische Muscheln verwenden, weder gefrorene, noch bereits ausgelöste Muscheln sind dafür geeignet!!!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
18.04.06 impala

Jakobsmuscheln

Zutaten für 4 Portionen

750 g Jakobsmuschel(n), das Fleisch
4 El Öl (Sesamöl)
1 El Zitronensaft
3 El Sojasauce, hell
2 El Gewürzmischung (Fünf-Gewürz-Pulver)
400 g Bambussprosse(n), aus der Dose
100 g Kastanien (Wasserkastanien), aus der Dose
150 g Sprossen (Zwiebelsprossen)
1 Bund Petersilie

Zubereitung

Muscheln waschen und trocknen. Im erhitzten Sesamöl ca. 3 Minuten braten. Mit Zitronensaft beträufeln und mit Fünf-Gewürz-Pulver bestreuen. Bambussprossen und Wasserkastanien abtropfen lassen. Bambussprossen in Streifen, Wasserkastanien in Scheiben schneiden. Zwiebelsprossen waschen. Petersilie waschen und in Streifen schneiden. Muscheln herausnehmen und warm stellen.

Bambus, Wasserkastanien, Zwiebelsprossen und Petersilie im Bratfond andünsten. Alles mit dem Fünf-Gewürz-Pulver abschmecken. Muscheln dazugeben.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
13.12.05 sternchen2012

Jakobsmuscheln auf Limetten - Butter

Zutaten für 4 Portionen

500 g Jakobsmuschel(n), frisch
80 g Butter
2 El Limettensaft
1 Limette(n), Schale davon in Streifen
Salz

Pfeffer, a. d. M.

Zubereitung

Jacobsmuscheln waschen, abtropfen lassen, waagrecht halbieren. Butter einmal aufschäumen lassen, Limetten-Schale dazu geben. Die Muscheln auf mittleren Hitze in der Butter 3 Min. dünsten. Muscheln rausnehmen, auf Tellern anrichten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss mit Limetten-Saft übergießen. Sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

19.07.06 Hani

Jacobsmuscheln in Ananas - Dressing

Party - Snack

Zutaten für 10 Portionen

10 Jakobsmuschel(n), ausgelöst

¼ Ananas (Baby-Ananas)

4 El Limettensaft

2 El Sojasauce, hell

1 El Honig, flüssig

Öl zum Braten

½ Bund Minze

Zubereitung

Ananas sehr fein würfeln. Minze waschen, trocken schütteln und fein hacken. Beides mit Limettensaft, Sojasauce und Honig vermischen und zugedeckt kalt stellen.

Die Muscheln in heißem Fett rundherum etwa 3 Minuten braten.

Das Ananas-Dressing in kleine Schüsselchen verteilen. Die Muscheln darauf legen und nach Belieben mit Minzeblättchen garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

21.06.02 Liesbeth

Jacobsmuscheln mit warmer

Zwiebel-Knoblauch-Butter

Zutaten für 2 Portionen

6 Stück Jakobsmuschel(n), frisch, ausgelöst

Salz, Pfeffer
40 g Butterschmalz
1 kleine Zwiebel(n) oder Schalotte (fein gehackt)
1 Zehe/n Knoblauch (fein gehackt)
75 g Butter
2 TI Zitronensaft, frisch gepresst
1 Bund Petersilie (fein gehackt)

Zubereitung

Die Muscheln waschen, erforderlichenfalls Darm entfernen, und gut abtrocknen, da es beim Braten sonst sehr spritzt. Die geklärte Butter erhitzen und die gesalzenen und gepfefferten Muscheln von beiden Seiten leicht goldbraun braten (nicht zu lange, da das Muschelfleisch sonst zäh wird!). Die Muschel warm stellen und die Zwiebel, den Knoblauch und die Butter in die Pfanne geben und leicht anbräunen, dann den Zitronensaft dazugeben und die Petersilie kurz darin schwenken. Muscheln auf Vorspeisentellern anrichten und Sauce darüber geben. Mit frischem französischem Baguette servieren.

Brennwert p. P.: 230

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

28.10.01 Netti

Marinierte Jakobsmuscheln mit M

Schnittlauchsauce und rotem Kaviar

Zutaten für 4 Portionen

8 Jakobsmuschel(n)
8 El Olivenöl, leichtes
½ Zitrone(n), den Saft
Salz und Pfeffer, aus der Mühle

150 g Creme double

2 El Schnittlauch, fein geschnittener
1 El Kerbel, fein geschnittener

50 g Kaviar (Keta)
einige Salat - Blätter
Schnittlauch

Zubereitung

Die Muscheln ausbrechen, putzen und gründlich wässern, in dünne Scheiben schneiden.

In einer Schüssel Öl, Zitronensaft, Salz, Pfeffer gut miteinander verrühren. Die Creme Double in einer Schüssel glatt rühren, salzen und den Schnittlauch mit Kerbel darunter rühren.

Fertigstellung: Mit der Schnittlauchsauce je einen Spiegel auf die Teller gießen, die Jakobsmuscheln beidseitig durch die Marinade ziehen, abstreifen und auf der Sauce anrichten. Den Kaviar darüber verteilen und das Ganze mit kleinen Salatblättern und feingeschnittenen Schnittlauch garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
27.04.06 sanye

Maultaschen von Jakobsmuscheln 3 Ei M und Hummer in Austernsauce mit Basilikum

Zutaten für 4 Portionen

8 Jakobsmuschel(n)

8 Austern

1 Hummer, (ca. 800 g) (auch Languste/Hummerkrabben oder Krebse)
2 dl Fischfond

3 Ei(er)

100 g Fisch, (entgräteter Zander)

1 dl Creme fraiche

8 Blatt Spinat

8 Blatt Basilikum

4 Port. Brokkoli, in Röschen geteilt

80 g Butter

125 g Mehl

1 Ei Öl

Salz und Pfeffer, weißer aus der Mühle

Muskat

Zubereitung

1 Ei, 1 Eigelb, Mehl, Öl und Salz zu einem festen Teig kneten und 30 Minuten ruhen lassen.

Den Zander würfeln, gut kühlen, würzen und mit ½ Eiweiß im Mixer pürieren. Die Hälfte der Creme fraîche zugeben, noch einmal durchmischen und kalt stellen.

Den Nudelteig dünn ausrollen und kleine Platten von 8 cm Durchmesser ausstechen. Auf die Hälfte dieser Platten 1 TL von der Zanderfarce geben. Jeweils eine Jakobsmuschel in ein Blatt Spinat wickeln und auf die Fisch-

farce setzen. Darüber wieder etwas Fischfarce verteilen, die Teigränder mit Eigelb bestreichen, zusammenklappen und fest andrücken. In siedendem Salzwasser ca. 5 Minuten garen.

Den ausgebrochenen Hummerschwanz würzen und in Butter bei geringer Temperatur knapp 5 Minuten braten.

Austern öffnen, Schalensplitter entfernen und das Austernwasser auffangen.

Fischfond mit dem Austernwasser um die Hälfte einkochen, die restliche Crème fraîche sowie die Austern zugeben und noch einmal kurz aufkochen lassen.

Mit 40g kalter Butter in kleine Stückchen fein mixen und zum Schluss das feingeschnittene Basilikum zugeben.

Brokkoli in Salzwasser knackig kochen.

Anrichten: Auf vorgewärmte Teller je 2 Maultaschen gegenüberliegend anordnen und ebenso 2 Stücke von dem in 8 Teile geschnittenen Hummerschwanz. In die Mitte der Teller wird eines der Brokkoliröschen gesetzt und das Ganze mit der Austernsauce leicht überziehen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten

27.11.04 otto42

Maultaschen von Jakobsmuscheln 3 Ei M

und Hummer in Austernsauce mit Basilikum

Zutaten für 4 Portionen

8 Jakobsmuschel(n)

8 Austern

1 Hummer, (ca. 800 g) (auch Languste/Hummerkrabben oder Krebse)

2 dl Fischfond

3 Ei(er)

100 g Fisch, (entgräteter Zander)

1 dl Crème fraîche

8 Blatt Spinat

8 Blatt Basilikum

4 Port. Brokkoli, in Röschen geteilt

80 g Butter

125 g Mehl

1 Ei Öl

Salz und Pfeffer, weißer aus der Mühle

Muskat

Zubereitung

1 Ei, 1 Eigelb, Mehl, Öl und Salz zu einem festen Teig kneten und 30 Minuten ruhen lassen.

Den Zander würfeln, gut kühlen, würzen und mit ½ Eiweiß im Mixer pürieren. Die Hälfte der Crème fraîche zugeben, noch einmal durchmischen und kalt stellen.

Den Nudelteig dünn ausrollen und kleine Platten von 8 cm Durchmesser ausstechen. Auf die Hälfte dieser Platten 1 TL von der Zanderfarce geben. Jeweils eine Jakobsmuschel in ein Blatt Spinat wickeln und auf die Fischfarce setzen. Darüber wieder etwas Fischfarce verteilen, die Teigränder mit Eigelb bestreichen, zusammenklappen und fest andrücken. In siedendem Salzwasser ca. 5 Minuten garen.

Den ausgebrochenen Hummerschwanz würzen und in Butter bei geringer Temperatur knapp 5 Minuten braten.

Austern öffnen, Schalensplitter entfernen und das Austernwasser auffangen.

Fischfond mit dem Austernwasser um die Hälfte einkochen, die restliche Crème fraîche sowie die Austern zugeben und noch einmal kurz aufkochen lassen.

Mit 40 g kalter Butter in kleine Stückchen fein mixen und zum Schluss das feingeschnittene Basilikum zugeben.

Brokkoli in Salzwasser knackig kochen.

Anrichten: Auf vorgewärmte Teller je 2 Maultaschen gegenüberliegend anordnen und ebenso 2 Stücke von dem in 8 Teile geschnittenen Hummerschwanz. In die Mitte der Teller wird eines der Brokkoliröschen gesetzt und das Ganze mit der Austernsauce leicht überziehen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten

27.11.04 otto42

Mediterrane Meeresfrüchtespießchen

Zutaten für 4 Portionen

250 g Garnele(n)

250 g Jakobsmuschel(n)

250 g Fischfilet (Welsfilet), 2 cm Würfel

½ TL Oregano

1 Chilischote(n), in Ringen

3 Zehe/n Knoblauch

1 Zitrone(n), den Saft

Salz

¼ Liter Olivenöl

Zubereitung

Garnelen, Jakobsmuscheln und Welsfilet säubern. Olivenöl mit Oregano, Chili, Knoblauch, Zitronensaft und Orangensaft verrühren. Fisch und Meeresfrüchte in der Marinade 3 Stunden ziehen lassen und auf Holz/Metallspießchen stecken. 5 Minuten grillen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
28.03.04 S.B. 5

Mediterrane Meeresfrüchtespießchen

Zutaten für 4 Portionen

250 g Garnele(n)

250 g Jakobsmuschel(n)

250 g Fischfilet (Welsfilet), 2 cm Würfel

½ TI Oregano

1 Chilischote(n), in Ringen

3 Zehe/n Knoblauch

1 Zitrone(n), den Saft

Salz

¼ Liter Olivenöl

Zubereitung

Garnelen, Jakobsmuscheln und Welsfilet säubern. Olivenöl mit Oregano, Chili, Knoblauch, Zitronensaft und Orangensaft verrühren. Fisch und Meeresfrüchte in der Marinade 3 Stunden ziehen lassen und auf Holz/Metallspießchen stecken. 5 Minuten grillen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
28.03.04 S.B. 5

Meeresfrüchte - Salat mit Zitrone und Limone

Zutaten für 5 Portionen

450 g Fischfilet (Schellfischfilet)

2 Jakobsmuschel(n), frische

225 g Fischfilet (Seeteufelfilet)

175 g Tintenfische

175 g Garnele(n), geschälte

6 El Petersilie, fein gehackte frische

2 El Estragon, frisch gehackten

4 El Minze, fein gehackte frische

3 El Olivenöl

1 Zitrone(n), den Saft

Salz und Pfeffer, frisch gemahlene

1 Limone(n), den Saft

2 Frühlingszwiebel(n)

Zubereitung

Den Schellfisch in kleine Stücke schneiden, die Jakobsmuscheln säubern, den Seeteufel würfeln. Den Tintenfisch säubern und in Ringe schneiden. Zusammen in leicht gesalzenem Wasser gar dünsten. Abgießen, abkühlen lassen und mit den Garnelen in eine Rührschüssel geben.

Alle Kräuter zusammen mit dem Öl, dem Saft, den klein geschnittenen Frühlingszwiebeln, Salz und Pfeffer verrühren, über den Fisch gießen und alles leicht vermengen. Ca. 30 Min. ziehen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

16.07.05 Kochlöffelschwinger

Meeresfrüchte - Salat mit Zitrone und Limone

Zutaten für 5 Portionen

450 g Fischfilet (Schellfischfilet)

2 Jakobsmuschel(n), frische

225 g Fischfilet (Seeteufelfilet)

175 g Tintenfische

175 g Garnele(n), geschälte

6 El Petersilie, fein gehackte frische

2 El Estragon, frisch gehackten

4 El Minze, fein gehackte frische

3 El Olivenöl

1 Zitrone(n), den Saft

Salz und Pfeffer, frisch gemahlene

1 Limone(n), den Saft

2 Frühlingszwiebel(n)

Zubereitung

Den Schellfisch in kleine Stücke schneiden, die Jacobsmuscheln säubern, den Seeteufel würfeln. Den Tintenfisch säubern und in Ringe schneiden. Zusammen in leicht gesalzenem Wasser gar dünsten. Abgießen, abkühlen lassen und mit den Garnelen in eine Rührschüssel geben. Alle Kräuter zusammen mit dem Öl, dem Saft, den klein geschnittenen Frühlingszwiebeln, Salz und Pfeffer verrühren, über den Fisch gießen und alles leicht vermengen. Ca. 30 Min. ziehen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
16.07.05 Kochlöffelschwinger

Meeresfrüchte - Torte

Muscheln und Scampi im Mürbeteig

Zutaten für 4 Portionen

250 g Mehl
175 g Butter
1 Prise Salz
4 El Wasser

1 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

500 g Muschel(n) (Jakobsmuscheln)

150 g Scampi, geschält

Salz und Pfeffer
Butter für die Form
1 Msp. Muskat
1 Msp. Knoblauchpulver
1 Bund Petersilie

Zubereitung

Aus 225 g Mehl, 150 g Butter, Salz und Wasser einen Mürbteig zubereiten. Den Teig im Kühlschrank 1 Stunde ruhen lassen.

Die gebürsteten Miesmuscheln 10 Minuten in kochendes Wasser legen, bis sich die Muscheln öffnen. Dann aus dem Wasser heben und die Schalen entfernen.

Aus dem restlichen Mehl und Butter eine helle Schwitze bereiten, mit 1 Tasse durchgeseihtem Muschelsud aufgießen. Durchkochen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Den Mürbteig ausrollen und in eine gebutterte Tortenform drücken. Mit einer Gabel mehrmals einstechen und im vor geheizten Backofen bei 220°C auf mittlerer Schiene 15 Minuten hellgelb backen.

Auf dem Tortenboden die Miesmuscheln, die Jakobsmuscheln und die Scampi verteilen, mit Muskat und Knoblauch würzen. Die Mehlsauce darüber gießen und 10 Minuten überbacken.
Mit gehackter Petersilie bestreuen und sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
02.08.05 hemet-nisut-weret

Safranrisotto mit Jakobsmuscheln

Zutaten für 4 Portionen

2 Schalotte(n), fein gehackte
2 Zehe/n Knoblauch, feingehackte
80 g Reis (Risottoreis)
2 g Safranfäden
20 g Butter, für die Pfanne
200 ml Fischbrühe oder Geflügelbrühe

320 g Jakobsmuschel(n), nur das reine Fleisch

Salz und Pfeffer
2 Schalotte(n), feingehackte
4 El Olivenöl

¼ Liter Fischbrühe

1 Orange(n), (Saft und Schale davon)
1 Limone(n), (Saft)

Zubereitung

Zubereitung Risotto:

Schalotten, Knoblauch und Reis mit einem El. Butter in einen heißen Topf geben und scharf anschwitzen, bis der Reis glasig ist. Mit heißer Brühe ablöschen und nach und nach die gesamte Flüssigkeit zugießen. Der Reis sollte mit Flüssigkeit immer gut bedeckt sein und leicht köcheln. Zwischen durch immer wieder umrühren!

Safranfäden mörsern, mit einem El. heißen Wasser oder Milch erwärmen und zum Reis geben. Nach ca. 15 Minuten Garzeit ist der Reis weich und hat noch Biss. Risotto mit der restlichen Butter verfeinern. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zubereitung Jakobsmuscheln:

Jakobsmuscheln der Länge nach halbieren, Pfeffern und Salzen und in die heiße Pfanne oder auf den Grill legen. Von jeder Seite eine Minute braten und warm stellen.

Schalotte in Olivenöl hellgelb anschwitzen, mit Fischbrühe und Orangensaft ablöschen und alles um zwei Drittel einkochen lassen. Zitronensaft und eine Messerspitze Orangenabrieb zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Risotto in der Tellermitte anrichten, mit Muschelfleisch umlegen und das Fleisch mit der Soßenreduktion beträufeln.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
09.03.06 enigerchen

Sautierte Jakobsmuscheln

Zutaten für 4 Portionen

16 Jakobsmuschel(n)
1 El Zitronensaft
1 Prise Cayennepfeffer
Salz
Pfeffer, schwarzer
1 El Mehl
1 El Olivenöl
40 g Butter
2 Zehe/n Knoblauch, feingehackt
2 El Petersilie, gehackte

Zubereitung

Die Jakobsmuscheln mit dem Messer öffnen, die weißen Nüsse und den orangefarbenen Rogen entnehmen, gründlich abspülen und trocken tupfen. Die Nüsse horizontal halbieren.

Den Zitronensaft mit dem Cayennepfeffer verrühren, das Muschelfleisch salzen, pfeffern, mit Zitronensaft beträufeln und mit Mehl bestäuben.

Öl und Butter erhitzen.

Die Nüsse von jeder Seite 1 Minute anbraten, dann den Rogen hinzufügen, mit Knoblauch und Petersilie bestreuen.

Zugedeckt bei schwacher Hitze 4 Minuten gar ziehen lassen und sofort servieren.

e

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
05.01.05 Judith

Trilogie von Muscheln M

Dreierlei gratinierte Muscheln

Zutaten für 4 Portionen

4 Jakobsmuschel(n)

4 Muschel(n) (Meermandeln)

8 Muschel(n) (Miesmuscheln)

400 g Blattspinat

200 g Tomate(n), (gehäutet und in Stücken)

2 Zehe/n Knoblauch

2 Frühlingszwiebel(n)

1 El Petersilie, (gehackt)

2 El Parmesan, (frisch gerieben)

1 El Semmelbrösel

Salz

Pfeffer

Olivenöl

Zitronensaft

Zubereitung

Die Jakobsmuscheln aufbrechen, den Corail lösen und beiseite stellen. Das Muskelfleisch herauslösen, waschen und in wenig Olivenöl von beiden Seiten kurz anbraten, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Den Corail klein hacken.

Eine Knoblauchzehe fein hacken, im Olivenöl der Muscheln leicht anbraten, den verlesenen und gewaschenen Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Den Corail zugeben und kurz mitdünsten lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gewölbte Seite der Schale der Jakobsmuscheln mit dem Spinat füllen und das gebratene Muskelfleisch darauf setzen. Mit etwas Zitronensaft und Olivenöl beträufeln.

Die Meermandeln und die Miesmuscheln in Wasser kochen, bis sich die Schalen öffnen.

Die zweite Knoblauchzehe mit den Frühlingszwiebeln fein hacken, in Olivenöl anbraten, die Tomaten zugeben und kurz dünsten lassen. Mit Salz, Pfeffer und der Petersilie würzen.

Die gegarten Muscheln in eine schöne Muschelhälfte legen, mit der Tomatensoße überziehen. Parmesan und Semmelbrösel mischen und alle Muscheln damit bestreuen. Im heißen Ofen kurz gratinieren.

Mit Weißbrot servieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

18.04.06 impala

Kammuscheln

Kamm-Muscheln mit Champignonsauce M

4 Kamm-Muscheln

1/4 l Milch

4 El Weißwein

30 g Butter

Kartoffelbrei

60 g Champignons, in Scheiben

20 g Mehl

Salz

Pfeffer

Petersilie

Die Kamm-Muscheln sich öffnen lassen und aus den Schalen lösen. In Scheiben schneiden und in der Milch etwa 10 Minuten langsam garen. Anschließend gut abtropfen lassen, in die tiefen Muschelschalen legen und Heißstellen.

Die Butter zergehen lassen und die Champignonscheiben 3-4 Minuten darin weich schmoren. Das Mehl einrühren und noch 1-2 Minuten kochen lassen. Die Muschelbrühe und den Weißwein zugeben und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Die Sauce 5 Minuten kochen lassen und dann nach Geschmack würzen.

Einen festen Rand aus Kartoffelbrei um die Kamm-Muscheln spritzen und diese mit der Sauce überziehen. Die angerichteten Muscheln unter dem Grill noch einmal erhitzen, leicht bräunen lassen und mit ein wenig Petersilie garnieren.

Knoblauch Muschel Garnelen

Kammuscheln und Garnelen findet und genießt man überall entlang der Atlantik- und Mittelmeerküste. Diese Zubereitungsart stammt aus der Provence.

Zutaten für 2 - 4 Portionen

6 große geschälte Kammuschel

6 - 8 rohe Garnelen, geschält

Mehl zum bestäuben
2 - 3 El Olivenöl
1 fein gehackte Knoblauchzehe
1 El gehackter frischer Basilikum
2 - 3 El Zitronensaft
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Schritt 1

Muscheln unter fließend kaltem Wasser abspülen, mit Küchenpapier trockentupfen und quer halbieren. Die Muscheln und die Garnelen salzen und pfeffern und leicht mit Mehl bestäuben. Überflüssiges Mehl abklopfen.

Schritt 2

Öl in einer Pfanne bei großer Hitze heiß werden lassen, Garnelen sowie die Muscheln hineingeben.

Schritt 3

Temperatur auf mittlere Hitze reduzieren und 2 Minuten kochen lassen, dann die Muscheln und Garnelen umdrehen. Knoblauch und Basilikum zugeben. Pfanne schütteln, um alles gleichmäßig zu verteilen. Weitere 2 Minuten kochen, bis die Muscheln goldbraun sind. Mit Zitronensaft beträufeln.

VARIATION

Für eine gehaltvollere Soße gekochte Muscheln und Garnelen auf einen Teller legen. 4 El Weißwein in die Pfanne gießen und auf die Hälfte reduzieren. 15 g ungesalzene Butter hinzufügen und schmelzen, bis sich die Soße leicht verdickt. Über die Kammuscheln und die Garnelenschütten und servieren.

Meeresfrüchte - Antipasti

Zutaten für 4 Portionen

500 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

500 g Muschel(n) (Venus- oder Kammuscheln)

250 g Tintenfische

250 g Kalmar(e), kleine

250 g Garnele(n)

100 ml Öl (Olivenöl)

2 Zitrone(n), ausgepresst

2 EL Petersilie fein gehackt

Zitrone(n) in Spalten zum Garnieren

Zubereitung

Mies- und Kammmuscheln abschrubben, eventuelle Seepocken abkratzen. Die Bärte abziehen und gründlich unter fließendem Wasser abspülen. Beschädigte oder offene Muscheln, die sich auch beim Klopfen auf den Tisch nicht schließen, wegwerfen.

Oktopusse säubern: Den Kopf aufschneiden, die Innereien entfernen; ebenso die Augen und den harten Kiefer. Oktopusse spülen. Gummiartiges Fleisch mit einem Fleischklopfer zart klopfen.

Kalmare reinigen: Kopf und Tentakel mit den Innereien aus dem Körper ziehen. Die Köpfe unterhalb der Augen abschneiden und wegwerfen, die Tentakel beiseite stellen. Die Mäntel spülen, das transparente Fischbein herausziehen und die Mäntel in Ringe schneiden.

Garnelen ausspülen, Darm entfernen, Schwänze intakt lassen.

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen. Oktopusse bei reduzierter Hitze ca. 20 Minuten zart köcheln. Dann Kalmare und Garnelen zugeben. Ca. 2 Minuten kochen, bis die Garnelen rosa sind. Gut abtropfen lassen.

Mies- und Kammmuscheln in einem Siebeinsatz über kochendem Wasser ca. 2 Minuten dämpfen, bis sie sich öffnen (Muscheln, die sich nicht öffnen wegwerfen). Jeweils die obere Schale entfernen. Auf einem Teller anrichten.

Grosse Oktopusse in Stücke schneiden. Mit Kalmaren und Garnelen ebenfalls auf dem Servierteller anrichten; mit Meersalz und schwarzem Pfeffer bestreuen. Öl und Zitronensaft mischen und darüber träufeln.

Mit Frischhaltefolie abgedeckt mindestens 2 Stunden im Kühlschrank marinieren.

Vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen und mit Zitronenspalten garnieren.

Brot zum Aufnehmen der Marinade anbieten.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

08.07.02 Judith

Makrelen

Fisch-Tomaten-Pfanne 4 Ei

1 mittel Zwiebel
3 Fleischtomaten
1 Bd. Schnittlauch
30 g Butter
Salz
Schwarzer Pfeffer; f a d M.

500 g Räucherfisch; Makrele

4 Eier

Thymian; getrocknet

Die Zwiebel Schälen und in feine Ring schneiden.

Die Tomaten mit einem scharfen Messer (Wellenschliff) kreuzweise einritzen, kurz in kochendes Wasser halten und häuten, Stielansatz entfernen und in ca. ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden.

Den Schnittlauch unter fließendem kalten Wasser abbrausen, trocken schwenken und mit der Schere in Röllchen schneiden.

Die Butter in einer Pfanne erhitzen, aber nicht braun werden lassen. Die Zwiebelringe darin etwas glasig werden lassen, dann die Tomatenscheiben auf die Zwiebelringe legen. Mit wenig Salz und reichlich Pfeffer bestreuen.

Die Räucherfilets mit der Gabel in mundgerechte Stücke zerpfücken, gleichmäßig auf den Tomatenscheiben verteilen.

Die Eier verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen und den Schnittlauch sowie den Thymian zugeben.

Die Eiermasse in die Pfanne gießen und zugedeckt bei kleinster Flamme stocken lassen.

Dazu passt vorzüglich ein frischer Salat.

Tipp! besonders appetitlich ist dieses Gericht, wenn Sie es in kleinen Eisenpfannen Portionsweise zubereiten und gleich in der Pfanne servieren.

Pro Portion: ca. 407 kcal

Fischbällchensuppe

Für vier Personen

300 g Makrelenfilet

1 TI Salz

1/4 TI weißer Pfeffer

1 Prise Glutamat

1 TI Maismehl

75 g Reismudeln

3 Frühlingszwiebeln

1 frische rote Chili

1 Knoblauchzehe

1 1/4 l Fischbrühe, durch ein Sieb - gegossen

25 ml helle Sojasauce

3 oder 4 Sellerieblätter

Versichere Dich, dass keine Gräten mehr im Filet stecken, und schneide das Filet in sehr feine Scheiben. Dann die Fischscheiben in eine Schüssel geben, dann Salz, Pfeffer und die Prise Glutamat hinzufügen, alles leicht zerdrücken. Das Maismehl mit etwas kaltem Wasser verrühren und mit dem Fisch zu einer glatten Paste verarbeiten. Die Masse zu kleinen Bällchen von etwa 1 cm Durchmesser formen und diese für eine Stunde in eine Schüssel mit Eiswasser legen. Dann wieder aus dem Wasser heraus nehmen und trocknen lassen. Die Reismudeln für 2 - 3 Minuten in kaltem Wasser einweichen, dann herausnehmen und gründlich trocknen. Die Frühlingszwiebeln und die Chilischote klein schneiden und den Knoblauch zerdrücken. Dann müsst ihr die Fischbrühe in einer großen Saucenpfanne zum Kochen bringen, die Fischbällchen zufügen und 2 - 3 Minuten kochen. Nudeln, Zwiebeln, Chili, Knoblauch und Sojasauce zufügen, die Pfanne abdecken und noch mal 2 - 3 Minuten köcheln. In ein Suppenterrine gießen und mit feingeschnittenen Sellerieblättern garnieren.

Fischeintopf aus Genua- Buridda,

1200 g Gemischter Fisch; Makrele,-- Steinbutt o. ä.

500 g Meeresfrüchte; Scampi, Sepia-- kleine Tintenfische

1000 g Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

500 g Tomaten

2 dl Trockener Weißwein

1 Bd. Petersilie

Olivenöl

Oregano

; Salz

; Pfeffer

Der Name "Buridda" stammt aus dem Arabischen und bezeichnet mit großer Wahrscheinlichkeit eines der ältesten Fischrezepte Genuas. Früher handelte es sich eher um eine Armensuppe, da man dafür sehr gut Reste verwenden konnte, dies es bei Ladenschluss für wenig Geld bei den Fischhändlern zu kaufen gab. Heute gibt sich die Buridda vornehmer, verwendet man doch meist ganzen, frischen Fisch und Meeresfrüchte.

Zuerst den Fisch putzen. Da dies sehr zeitaufwendig ist, vielleicht doch lieber Küchenfertigen Fisch kaufen... Zwiebeln in feine Ringe, die Tomaten in kleine Würfeln und den Knoblauch in hauchdünne Scheiben schneiden.

Etwas Öl in einem Topf geben und die Hälfte der Zwiebeln und Knoblauch hineinlegen. Auf diese Schicht die Hälfte der Tomaten geben. Darauf den Fisch und die Meeresfrüchte verteilen. Jede einzelne Schicht muss gesalzen und gepfeffert werden. Über den Fisch die restlichen Zwiebeln, den Knoblauch und die Tomaten geben. Diese oberste Schicht wird mit gehackter Petersilie und Oregano bestreut. Noch etwas Öl darüber gießen, sowie den Weißwein.

Das Ganze wird bei schwacher Hitze und leicht geöffnetem Deckel gegart: die Buridda ist fertig, wenn die Flüssigkeit, die aus dem Gemüse und dem Fisch austritt, eingekocht ist und der Gericht eine schöne sämige Konsistenz hat.

Fischragout Räucherkatze

375 g Räucherfisch, Seelachs-Makrele -Heilbutt- o. **Schillerlocke**

2 Zwiebeln

2 Möhren

1 St. Lauch

1 El Margarine

10 g Mehl

1 kleine Dose geschälte Tomaten

1/8 l kräftige Hühnerbrühe / Gemüsebrühe

Worcestersauce

Zitronensaft

Zwiebeln + Möhren würfeln, Lauch in feine Streifen. Die Margarine im Topf zerlassen, das kleingeschnittene darin 5 min dünsten. Dann mit Mehl bestäuben, umrühren, dabei Tomaten + Hühnerbrühe dazugeben + noch 5 min auf schwacher Hitze kochen. Inzwischen den Räucherfisch in Stücke schneiden, Haut + Gräten entfernen. Den Fisch in die Soße geben + das

Ragout mit Wortestersause + Zitronensaft abschmecken. Dazu grüner Salat, Reis o. Brot servieren

21.05.2003 Hans60

Fischterriner M

Einfach aber sehr effektiv

Zutaten für 8 Portionen

250 g Lachs (Graved Lachs)

10 Blatt Gelatine, weiße

150 g Fisch (geräucherter Heilbutt)

200 g Fisch (geräucherte Makrele)

1 Becher Sahne

200 g Frischkäse, light

1 TL Pfeffer, eingelegter grüner

1 Bund Dill

2 EL Zitronensaft

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Eine Kastenform erst mit Frischhaltefolie, dann mit Graved-Lachs-Scheiben auslegen. Gelatine 10 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Fisch evtl. entgräten. Heilbutt und die Hälfte der Makrele mit Sahne und Frischkäse zuerst pürieren, dann durch ein Sieb streichen. Grünen Pfeffer und Dill hacken und in die Fischmasse rühren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft kräftig abschmecken.

Gelatine tropfnass bei milder Hitze auflösen, vorsichtig in die Fischmasse rühren. die Hälfte der Masse in die Kastenform füllen und 5 Minuten im Kühlschrank fest werden lassen.

Restliche Makrele darauf legen, mit der übrigen Fischmasse abdecken.

Glattstreichen, mit den restlichen Graved-Lachs-Scheiben bedecken. Mindestens 3 Stunden im Kühlschrank durchkühlen lassen.

Man kann statt der geräucherten Makrele und Heilbutt nur einen der Fische verwenden bzw. Forelle. Statt dem grünen Pfeffer reicht auch frisch gemahlener falls nicht vorhanden.

Brennwert p. P.: 170

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

19.04.05 hirlitschka

Grillfisch aus dem Ofen M

2 mittel Fische; a etwa 350 g; - z.B.-- Forelle oder Makrele

Zitronensaft

; Salz

; Pfeffer; frisch gemahlen

Fett; für die Form

4 Tomaten

2 El Semmelbrösel

2 El weiche Butter

2 El Parmesan

Salat ; zum Servieren

Die Fische waschen und gründlich abtrocknen. Innen und außen mit Zitronensaft einreiben, salzen und pfeffern. An der dicksten Stelle 3-4 mal einschneiden, damit sie gleichmäßig garen. Jeden Fisch in je eine gefettete Gratinform legen.

Die Tomaten waschen und kreuzweise einschneiden. Semmelbrösel, Butter und Käse verkneten und auf die Tomaten setzen. In die Formen geben.

Im Backofen unter den vorgeheizten Grill schieben, 10 bis 12 Minuten grillen. Zwischendurch die Fische einmal wenden.

Mit Salat anrichten.

Makrelen - Brotaufstrich Mayo

Zutaten für 4 Portionen

1 Makrele(n), geräuchert

1 Zwiebel(n)

6 TL Zitronensaft

7 EL Mayonnaise

2 TL Schnittlauch in Röllchen

Pfeffer

Zubereitung

Zwiebel fein hacken, Makrele filetieren.

Makrelenfleisch mit 2 Gabeln in feine 'Fetzen' zerteilen, mit Zitronensaft und Mayo zu einer glatten Creme verrühren, Zwiebeln und Schnittlauch untermischen, mit Pfeffer abschmecken. Schwierigkeitsgrad: simpel

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
30.05.06 Inesi

Makrelen in Curry-Apfel-Sauce

2 Große Makrelen

1 Zwiebel
1 El Mehl
1 El Curry
2 El Zerlassene Butter

1/2 l Fleischbrühe / Gemüsebrühe

2 Äpfel
Pfefferkörner
Salz
Zitronensaft
Zitronenschale

Die ausgenommenen und in Stücke geteilten Makrelen gut waschen und in einem Topf knapp mit Wasser bedecken. Die geschälte Zwiebel, Pfefferkörner, Salz und Zitronensaft zufügen und 15 min. kochen lassen.

In der Zwischenzeit wird die Sauce zubereitet: Mehl und Curry mit der zerlassenen Butter verrühren, mit der Fleischbrühe aufkochen und die geschälten und geraspelten Äpfel und etwas Zitronenschale zugeben. Makrelenstücke abtropfen lassen und in der Sauce servieren. Dazu passt Reis oder Kartoffelpüree--und natürlich Aquavit und Bier.

Makrelen in Weißwein

Maquereaux au Vin blanc

Zutaten für Portionen

1 kg Makrele(n), küchenfertig
250 g Zwiebel(n)
1 Zehe/n Knoblauch
1 Möhre(n)
1 Bund Schnittlauch
1 Chilischote(n), rot
1 TI Pfeffer (Körner)
1 Prise Salz

700 ml Wein, weiß, trocken

Zubereitung

Makrelen spülen, trocken tupfen. Falls zu groß: in Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen und vierteln, Möhre putzen und in ca. 3 cm Stücke schneiden, aus der Chilischote die Kerne entfernen und in Ringe schneiden, den Schnittlauch längs(!) halbieren und gleichfalls in 3 cm Stücke schneiden. Den Wein in eine passende Kasserolle geben, den Knoblauch zerdrücken und zusammen mit den Möhren, Zwiebeln, Chili-Ringen, Schnittlauch, Pfefferkörnern und Salz ca. 15 Minuten köcheln. Die Makrelen in diesen Sud geben und 10 Minuten ziehen lassen. Makrelen herausheben und in eine passende Schüssel geben. Den Gewürzsud nunmehr auf etwa einen halben Liter einkochen, etwas abkühlen lassen und über den Fisch geben. Über Nacht (kühl!!). ziehen lassen.

Dazu Baguette oder Pellkartoffeln und natürlich einen trockenen Wein, am besten den gleichen wie für den Sud.

15.4.01 Hannes CK

Makrelen mit Kräuterbutter

4 frische Makrelen

Öl

Pfeffer + Meersalz

Saft von 0,5 Zitrone

0,5 scharfer Senf

0,5 Bund geh. Petersilie

etwas Suppenwürze

Die Makrelen köpfen, vom Rücken aus entgräten, waschen + abtrocknen. Eine Grillpfanne bis zur Höhe der Grillrillen mit Öl füllen + erhitzen. Die Makrelen mit Pfeffer bestreuen + mit der Hautseite in die Pfanne legen. Etwa 2 min grillen, wenden + weitere 2 min grillen. Dann auf einer heißen Platte anrichten + mit etwas Salz bestreuen. Vorher die Butter schaumig rühren. Zitronensaft, Senf, geh. Petersilie, einige Spritzer Suppenwürze, Salz + Pfeffer hinzufügen + die Kräuterbutter pikant abschmecken. Zu den heißen Makrelen servieren o. darauf zerlaufen lassen. Und dazu einen saftigen Kartoffelsalat + verschiedene Salate

Makrelenfilet mit Käse M

Zutaten für Portionen

1250 g Fischfilet (Makrelenfilet oder anderes festes Fischfilet), gedünstet

750 g Kartoffeln, gedünstet

4 Zwiebel(n)

6 Gewürzgurke(n)

4 EI Butter

100 g Käse, gerieben

Salz und Pfeffer

Worcestersauce

Knoblauch

Petersilie

Zubereitung

Das im eigenen Saft gedünstete Fischfilet mit der Gabel etwas zerpfücken, die frisch gekochten Kartoffeln pellen und in dünne Scheiben schneiden. Die in Scheiben geschnittenen Zwiebeln in Butter anschwitzen und den geriebenen Knoblauch dazugeben.

In eine gefettete Auflaufform abwechselnd Fisch, Zwiebeln, Scheiben von Gewürzgurken und Kartoffeln schichten, mit Pfeffer und Worcestersoße würzen, gehackte Petersilie dazwischenstreuen, mit geriebenem Käse bestreuen, einige Butterflöckchen obenauf setzen und das Gericht 10 bis 12 Minuten in der Röhre überbacken.

3-3-03 Sonja* CK

Makrelenpastete M

Zutaten für 6 Portionen

1 Makrele(n), geräuchert

125 g Frischkäse

50 g Butter

1 EL Zitronensaft

Salz und Pfeffer aus der Mühle

½ Bund Dill

1 Zitrone(n)

Zubereitung

Makrele häuten und ganz, ganz sorgfältig entgräten. Makrelenfleisch erst mit der Gabel, dann mit den Knethaken vom Handrührer zermusen. Danach Frischkäse, geschmolzene Butter, Zitronensaft, Salz und Pfeffer untermischen. Kräftig abschmecken. Alles zu einer glatten Paste verkneten.

Eine geeignete Form glatt mit Frischhaltefolie auslegen. Die Masse hinein-füllen, 1-2x auf der Arbeitsfläche aufstoßen, damit evtl. Luftlöcher weggehen. Über Nacht im Kühlschrank gut kalt werden lassen. Am anderen Tag stürzen und mit grob geschnittenem Dill und Zitronenscheiben garnieren. Besonders lecker zu kernigem Schwarzbrot. Schwierigkeitsgrad: normal

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
05.06.01 Petra Regina

Makrelensalat 2 Ei

Geräucherte Makrelen - Brot - Aufstrich

Zutaten für 1 Portionen

- 1 Makrele(n), geräuchert
- 4 Gurke(n), sauer, aus dem Glas
- 1 Zwiebel(n)
- 2 Ei(er), hartgekocht
- Dill und Schnittlauch
- 4 EL Remoulade
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Makrele häuten, von Greten befreien und klein schneiden. Gurken, Zwiebel und Eier so klein wie möglich hacken (am besten in einem Mixer). Die übrigen Zutaten, wie klein geschnittene Makrele, Kräuter und Remoulade hinzugeben, gut vermischen.

Dazu frisches Weiß- oder Dinkelbrot.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

16.03.05 Liliana

Nudelsalat von der Waterkant 2 Ei

Zutaten für 4 Portionen

250 g Nudeln (Spaghetti)

Salz

300 g Bohnen, grün

1 Schuss Zitronensaft

1 kleine Zwiebel(n), scharf, rosa

400 g Fisch (Räucherfisch, am feinsten Schillerlocken)

Essig - Ölsauce

2 Ei(er), hart gekocht

1 Bund Schnittlauch oder Petersilie

Zubereitung

Nudeln al dente kochen. Inzwischen die Bohnen mit dem Spritzer Zitronensaft in sprudelndem Salzwasser ebenfalls bissfest garen, abgießen und eiskalt abschrecken. Gut abtropfen lassen.

Schillerlöcher in Stücke schneiden, Zwiebeln hacken. Alle weiteren Zutaten mit einem Essig-Öldressing vermengen und vor dem Anrichten mit Eicheln und gehackten Kräutern garnieren.

Tipp: Man kann natürlich auch anderen Räucherfisch nehmen, z.B. Heilbutt, Makrele, Flunder. Allerdings fallen dann natürlich Abfälle durch das Enthäuten und Entgräten an. In diesem Fall muss man ca. 600 g Räucherfisch nehmen. Schwierigkeitsgrad: simpel

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

11.07.05 Paganini

Patricias delikater Fischsalat

Mariposa

Zutaten für Portionen

1 m.- große Salatgurke(n)

4 große Tomate(n) (Strauchtomaten)

1 Bund Frühlingszwiebel(n)

1 Dose/n Makrele(n)

2 kl. Dose Anchovis

2 Dose/n Sardinen

1 Dose/n Mais

300 g Nudeln (Spiralnudeln, ungefähr 2/3 einer 500g Packung)

Öl

Salz und Pfeffer

Essig

Zubereitung

Die Nudeln kochen und abkühlen lassen. In der Zwischenzeit die Salatgurke schälen, halbieren, die Kerne entfernen und alles in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten gründlich waschen und ebenfalls nach dem Entkernen (Glibbermasse weg) in Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln in sehr feine Scheiben schneiden. Die abgekühlten Nudeln mit dem vorbereiteten Gemüse (Tomaten/Gurke/Frühlingszwiebeln) und dem Inhalt sämtli-

cher Dosen (Fisch ohne das Dosenöl, Mais abgegossen) vermengen, mit Öl, Essig, Pfeffer und Salz kräftig würzen. Den Salat ein paar Stunden durchziehen lassen. Dazu Baguette und Weißwein reichen.
Ein wunderbares Rezept für laue Sommerabende.

7.8.03 Mariposa CK

Räucherfisch - Pfanne mit 8 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

200 g Aal, geräuchert

200 g Fischfilet (Makrelenfilet), geräuchert

100 g Nordseekrabben, das Fleisch

8 Ei(er)

8 EL Milch

Salz und Pfeffer, weißer

½ Bund Dill

1 EL Butter / Margarine

Zubereitung

Aal längs halbieren und entgräten. Aal und Makrele mit einem spitzen Messer von der Haut lösen. Fisch in Stücke schneiden. Krabben abspülen und abtropfen lassen. Eier und Milch verquirlen. Mit Salz und Pfeffer pikant würzen. Dill waschen und bis auf etwas zum Garnieren, fein schneiden. Danach den Dill unter die Eiermilch rühren. Fett in einer großen Pfanne erhitzen. Ei vorsichtig hineingießen. Krabben und Fisch darauf verteilen. Das Rührei bei schwacher Hitze stocken lassen. Dabei ab und zu mit einem Bratenwender das gestockte Ei zur Mitte hin schieben. Rührei mit restlichem Dill garnieren. Dazu schmeckt dunkles Vollkornbrot.
Getränk: kühles Bier.

Brennwert p. P.: 560

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

15.02.03 Gilla

Steckerfisch

zünftiges Essen am Lagerfeuer

Zutaten für Portionen

4 Fisch(e) (Weißfische), Heringe oder Makrelen

0,5 Zitrone(n), den Saft

Salz

Pfeffer, weiß, gemahlen

Mehl, zum Bestäuben

Zubereitung

Die ganzen Fische schuppen, am Bauch aufschneiden und ausnehmen und säubern (die ersten Handgriffe sollte Ihnen der Fischhändler Ihres Vertrauens abnehmen), Kopf, Schwanz und alle Flossen bleiben dran.

Zitrone gut auspressen, Fische von innen mit Zitronensaft beträufeln, innen und außen gut salzen und pfeffern. Fische ca. 15 min ruhen lassen.

Dann auf einen frisch geschnittenen und spitz geschnitzten (Haselnuss-) Stecken aufspießen und mit etwas Mehl bestäuben.

Stecken neben die Glut eines zünftigen Lagerfeuers oder einen Grill in den Boden rammen, so dass die Fische schräg über der Glut stehen. Fische mehrfach wenden.

Fertig ist der Steckerfisch, wenn er auf allen Seiten schön kross ist.

Vorsichtige Menschen befestigen den Fisch noch mit etwas Draht.

Dazu passt gut ein Kartoffelsalat mit Kräutervinaigrette (also nicht mit Mayonnaise) angemacht, Laugnbrezeln und Bier.

Weinliebhaber können einen schönen Riesling dazu trinken, aber es gibt Situationen, da ist ein Bier wirklich angebrachter.

8.5.03 Susa CK

Wacholdermakrelen

Portion: 4

4 Makrelen; frisch-filetiert m. Haut

12 Wacholderbeeren

1 TI Grobes Salz

je 1 Teelöffel schwarzer + weiße Pfeffer-

1 Spur Zucker

Kopfsalat; einige Blätter

1 Zitrone

1/2 Bd. Petersilie

Die Makrelenfilets waschen und trocken tupfen. Die Wacholderbeeren im Mörser zerstoßen und mit dem Salz, dem Pfeffer und dem Zucker mischen.

Pergamentpapier zweimal so breit wie die Filets und etwas länger

zuschneiden. Die Makrelenfilets mit der Hautstelle nach unten drauflegen und mit der Gewürzmischung bestreuen. Das Pergamentpapier darüber falten und aufrollen.

Den Fisch nebeneinander in eine Form stellen und über Nacht durchziehen lassen.

Das Fischfleisch von der Haut schneiden. Die Salatblätter waschen trocken schleudern und eine Platte damit auslegen. Die Zitrone waschen trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Die Petersilie waschen und abtrocknen. Die Filets mit den Zitronenscheiben und der Petersilie auf den Salatblättern anrichten.

Dazu schmeckt geröstetes gebuttertes Toastbrot und eine leichte Senfmayonnaise.

Pro Person etwa 470 kcal, 47 g Eiweiß, 29 g Fett, 5 g Kohlehydrate

Miesmuschel Alkohol anderes

Cognac-Miesmuscheln auf Spaghetti

Spaghetti alle Cozze

Zutaten für 4 Portionen

1000 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

150 g Staudensellerie

1000 g Tomate(n)

3 Zehe/n Knoblauch

8 El Olivenöl

3 El Cognac

150 ml Wein, weiß

1 Lorbeerblatt

2 Stiel/e Thymian

2 El Petersilie, gehackt

Salz und Pfeffer

400 g Nudeln, Spaghetti

Zubereitung

Muscheln waschen (unter fließend kaltem Wasser abbürsten und die Bärte herausziehen, offene und beschädigte Muscheln unbedingt entfernen). Den Sellerie waschen und in kleine Würfel schneiden. Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, anschließend abschrecken, enthäuten, vierteln und die Kerne entfernen. Den Knoblauch fein würfeln.

In einem großen flachen Topf in heißem Öl den Sellerie und den Knoblauch für einige Minuten dünsten. Mit Cognac ablöschen. Tomaten, Wein, Lorbeer und Thymian dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die gewaschenen Muscheln zugeben und bei geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze in 10 Minuten garen.

In der Zwischenzeit die Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser garen und gut abtropfen lassen.

Sind die Muscheln gar, die nun noch geschlossenen Muscheln entfernen.

Die gekochten Spaghetti in den Topf geben und in dem Muschelsugo schwenken.

Alles heiß servieren. Zusätzlichen Teller für die Muschelschalen bereitstellen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

07.06.06 picard66

Miesmuscheln in Biersud M

Zutaten für 4 Portionen

2 kg Muschel(n)

60 g Butter

250 g Lauch, Möhren, Zwiebeln

50 g Staudensellerie

1 Zehe/n Knoblauch

1 Zweig/e Thymian

3 Lorbeerblätter

2 dl Sahne, flüssige

1 kl. Bund Petersilie

¼ Liter Bier

1 Zweig/e Rosmarin

Zubereitung

Die Muscheln, sie sollten frisch sein und sich nicht geöffnet haben, in reichlich Wasser waschen. Einen großen Topf bereitstellen.

Die geputzten Gemüse und die Gewürze in Butter anschwitzen. Dann die Muscheln zugeben und mit dem Bier auffüllen. Nach belieben salzen und pfeffern. Zugedeckt ca. 8-10 min. kochen lassen.

Muscheln in eine Suppenterrine geben.

Den Muschelfond im Topf mit der Sahne aufgießen und würzig abschmecken. Dann über die Muscheln geben und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Dazu Vollkornbrot mit Butter oder Edamer Käse und ein lecker Pils

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

03.05.04 F.Schrade

Miesmuscheln in Tomaten - Zwiebelsauce

Cáscaras en Salsa del bulbo de los Tomato

Zutaten für 4 Portionen

3 kg Muschel(n), frische Miesmuscheln

2.5 kg Tomate(n), reife

10 Zwiebel(n)

0.2 Liter Wein, weiß

2 cl Cognac oder Weinbrand

Salz

Pfeffer

Paprikapulver, rosenscharf

Thymian

Olivenöl

1 Zehe/n Knoblauch

Oregano

Zubereitung

Zwiebel in Ringe schneiden. Tomaten in heißem Wasser blanchieren, dann die Haut abziehen und würfeln. Die Zwiebelringe in Olivenöl anbraten, dann die Tomatenstücke hinzugeben und mit Weißwein und Cognac abschmecken. 1 Stunde (mittlere Wärmezufuhr) köcheln lassen.

Danach alle weiteren Gewürze hinzugeben und noch mal eine halbe Stunde einköcheln lassen. Falls die Fruchtsüße der Tomaten nicht ausreicht, kann mit etwas Zucker nachgeholfen werden.

Die Muscheln waschen und in einem großen Topf mit wenig Salzwasser aufsetzen und ca. 8 Minuten kochen lassen. Muscheln abschütten und in eine große Auflaufform geben. Die Tomaten-Zwiebelsauce darüber geben und im Backofen bei 150° ca. 15 Minuten ziehen lassen, damit das Aroma in die Muscheln geht.

Dazu empfiehlt sich ein frischer Salat und Baguette.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

25.11.05 gecko7580

Miesmuscheln Wein

Chilischarfe Frutti di Mare

Zutaten für 4 Portionen

250 g Lachsfilet

250 g Fischfilet, (Heilbuttfilet)

8 Riesengarnelen

500 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

1 Bund Suppengrün

1 Chilischote(n), rot

500 g Tomate(n)

3 Zehe/n Knoblauch

250 ml Fischfond

250 ml Wein, weiß, trocken

3 Zweig/e Thymian

1 Zitrone(n)

3 El Olivenöl

Petersilie, gehackt

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Chilischote von den Kernen befreien und klein hacken. Suppengrün, Tomaten und Knoblauch würfeln. Alles in heißem Olivenöl anschwitzen und mit Fischfond und Weißwein aufkochen. Thymianzweige mit in den Topf geben.

Fischfilets grob würfeln. Garnelen schälen, entdarmen und mit den Fischstücken 5 Minuten in der leicht siedenden Suppe gar ziehen lassen. Miesmuscheln in wenig kochendem Weißwein garen, bis sie sich geöffnet haben. Abgießen und Muscheln auf den Eintopf setzen. Geschlossene Muscheln entsorgen.

Pfeffern und salzen und mit Petersilie und Zitronenscheiben garnieren.

Brennwert p. P.: 570

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

22.12.05 Schrat

Feurige Muscheln

Portion/en: 4

4 kg Miesmuscheln

3 Zwiebeln

Pfefferkörner

1 Lorbeerblatt

200 ml Weißwein

2 Avocados

1 Dose Champignons

1 Tl Butter
Salz
Pfeffer
1 Prise Chilisoße
2 cl Aquavit

Muscheln gründlich putzen, mehrfach wässern, Bart soweit vorhanden entfernen. Zwiebel pellen und in Scheiben schneiden. Mit den Gewürzen und dem Weißwein in einen großen Topf geben. Erhitzen, die Muscheln zugeben. Bei geschlossenem Deckel solange kochen, bis sich die Schalen öffnen. Das Muschelfleisch aus den Schalen lösen. Aus den Avocados mit einem Kartoffelausstecher runde Bällchen ausstechen. Champignons abgießen und halbieren. In der Flambierpfanne die Butter erhitzen. Muschelfleisch, Avocadobällchen und Champignons zugeben. Alles würzen und unter vorsichtigem Rühren erwärmen. Aquavit darauf verteilen, anzünden und brennend servieren. Mit Weißbrot servieren.

Fischsuppe nach einer traditioneller Fischerart

Sopon de Pescadores

Zutaten für 4 Portionen
200 ml Gemüsebrühe
100 ml Wein, weiß

350 g Fisch, verschiedene Sorten

50 g Garnele(n)

50 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

80 ml Olivenöl
2 Zehe/n Knoblauch
1 Dose Tomatenmark
1 große Paprikaschote(n)
1 große Zwiebel(n)
5 Tomate(n)
1 Lorbeerblatt
Salz und Pfeffer
Basilikum und Oregano

Zubereitung

In einen Topf Olivenöl geben und erhitzen. Die Tomaten, Zwiebeln, Paprika und den Knoblauch klein schneiden und im Topf andünsten. Danach

0,25 TL Oregano, Basilikum und Pfeffer hinzugeben. Dann das Lorbeerblatt in den Topf und alles 30 Minuten zugedeckt köcheln lassen.

Die verschiedenen Fischarten, Garnelen und Miesmuscheln waschen, grob klein schneiden und in den Topf geben. Jetzt den Weißwein dazugießen und ca. 15 Minuten offen kochen. Nach Geschmack würzen und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

26.08.05 Cielito

Gebackener Steinbutt mit Trüffeln

Zutaten für 4 Portionen

4 Fischfilet (Steinbutt, à 180 g)

2 Trüffeln, schwarz (à 40 g)

500 g Muschel(n) (Herzmuscheln)

500 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

100 g Butter

1 Zwiebel(n), in große Stücke gehackt

1 Kräuter - Sträußchen (Petersilie, Thymian, Lorbeer, Bleichsellerie)

1 Glas Wein, weiß, trocken

50 ml Olivenöl

Salz

Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitung

Die Trüffeln putzen, abschaben und in große Stücke hacken. Die Miesmuscheln und die Herzmuscheln säubern. In einem großen Topf 50 g Butter erhitzen, die Zwiebel mit dem Bouquet garni andünsten, den Weißwein angießen, mit Salz und Pfeffer würzen und die vorbereiteten Muscheln darin dämpfen, bis sie sich öffnen. Die Garflüssigkeit durch ein Tuch siehen. 100 ml davon aufbewahren und darin die restliche Butter einrühren. Erneut salzen und pfeffern und die gehackten Trüffeln zugeben.

Die Steinbuttfilets mit Salz und Pfeffer würzen, auf beiden Seiten in dem Olivenöl anbraten und im auf 200°C vorgeheizten Backofen in ungefähr 5 Minuten gar werden lassen.

Die Steinbuttfilets auf einer Platte anrichten, mit den Muscheln umgeben, die Trüffelsauce darüber gießen und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

17.01.05 Judith

Gemischter Fischeintopf

Cacciucco alla viareggina

Zutaten für 6 Portionen

600 g Fisch(e), gemischte kleinere ganze (z.B. Makrele, Meerbarbe)

500 g Fischfilet, verschieden (z.B. Brasse, Dorsch, Meeräsche, Seebarsch...)

300 g Tintenfische, kleine, küchenfertig vorbereitet

500 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

300 g Garnele(n)

Salz

1 Zwiebel(n)

6 Zehe/n Knoblauch

1 Möhre(n)

2 Stange/n Staudensellerie

6 El Olivenöl

2 Chilischote(n), getrocknete

600 g Tomate(n), reife (oder aus der Dose)

250 ml Wein, weiß

Safran, (ein Briefchen)

1 Bund Petersilie

Weißbrot, frisches in Scheiben

Zubereitung

Kleinere Fische waschen, ausnehmen, unter fließendem Wasser gründlich waschen. Köpfe und Flossen abschneiden. Fischfilets in 3 cm große Portionsstückchen teilen. Tintenfische putzen, abspülen und in etwa 1 cm breite Ringe schneiden. Miesmuscheln waschen, abbürsten und entbarten. Geöffnete Muscheln aussondern. Garnelen waschen, schälen und den Darm entfernen.

Ganze Fische in 1 L Salzwasser in einem Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch schälen. Gemüse putzen, waschen, grob zerkleinern und mit 2 Knoblauchzehen in die kochende Fischbrühe geben. Etwa eine halbe Stunde bei schwacher Hitze köcheln.

Fische herausnehmen, das Fleisch von den Gräten lösen. Brühe durch ein Sieb gießen. Fischstücke durchpassieren und zurück in den Topf geben. In einem anderem Topf 250 ml Wasser zum Kochen bringen. Miesmuscheln zugedeckt bei starker Hitze dämpfen, bis sich die Muscheln geöffnet haben. Ungeöffnete Muscheln wegwerfen. Den Muschelsud durch ein feines Sieb filtern und zur Fischbrühe gießen. 8 Muscheln mit Schale für die Dekoration aufbewahren, die übrigen aus den Schalen lösen und in eine Schüssel geben.

In einer großen Kasserolle 5 El. Olivenöl erhitzen. 3 ganze Knoblauchzehen mit den Tintenfischstücken andünsten. Chilischoten im ganzen dazu geben. Tomaten überbrühen, enthäuten, vom Stängelansatz befreien, zerkleinern und dazu geben. Wenn die Soße eingedickt ist, den Wein dazugießen. 15 Min. zugedeckt köcheln, salzen und nach Belieben mit Safran würzen.

Die festfleischigen Fischfilets in die Tomatensauce einlegen, die vorbereitete Fischbrühe angießen und etwa 5 Min. leicht garen. Die zartfleischigen Fischarten und die ausgelösten Muscheln dazugeben und die restliche Fischbrühe angießen. Weitere 2 Min. ziehen lassen. Petersilie waschen, trocken schütteln, fein hacken und einstreuen.

Knoblauchzehen und Chilischote rausnehmen.

Weißbrotscheiben im Toaster rösten, mit 1 Knoblauchzehe einreiben und mit 1 El. Olivenöl beträufeln. Die gerösteten Brotscheiben getrennt zum Fischeintopf reichen. Man kann auch die Scheiben in den Teller legen und anschließend den Teller mit dem Eintopf auffüllen (ist aber nicht jedermanns Sache).

Dazu passt natürlich Weißwein aus der Toskana.

Brennwert p. P.: 450

Zubereitungszeit: ca. 2 Std.

14.07.04 priese

Italienische, chilischarfe Frutti di Mare

Zutaten für 4 Portionen

250 g Lachsfilet

250 g Fischfilet, (Heilbuttfilet)

8 Riesengarnelen

500 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

1 Bund Suppengrün

1 Chilischote(n), rot

500 g Tomate(n)

3 Zehe/n Knoblauch

250 ml Fischfond

250 ml Wein, weiß, trocken

3 Zweig/e Thymian

1 Zitrone(n)

3 El Olivenöl

Petersilie, gehackt

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Chilischote von den Kernen befreien und klein hacken. Suppengrün, Tomaten und Knoblauch würfeln. Alles in heißem Olivenöl anschwitzen und mit Fischfond und Weißwein aufkochen. Thymianzweige mit in den Topf geben.

Fischfilets grob würfeln. Garnelen schälen, entdarmen und mit den Fischstücken 5 Minuten in der leicht siedenden Suppe gar ziehen lassen. Miesmuscheln in wenig kochendem Weißwein garen, bis sie sich geöffnet haben. Abgießen und Muscheln auf den Eintopf setzen. Geschlossene Muscheln entsorgen.

Pfeffern und salzen und mit Petersilie und Zitronenscheiben garnieren.

Brennwert p. P.: 570

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

22.12.05 Schrat

Leonas Muschelbuzara

Zutaten für 1 Portionen

½ Port. Muschel(n) (Miesmuscheln)

½ Port. Muschel(n) (Vongole, Venusmuscheln)

Petersilie

Zehe/n Knoblauch

Paniermehl

Paprikapulver

Wein, rot oder weiß

Olivenöl oder Sonnenblumenöl

Zubereitung

Miesmuscheln und Vongole (Venusmuscheln) in einen Topf legen, mit Petersilie, Knoblauch, Paniermehl und Paprika würzen und mit Wein und Öl übergießen. Auf starker Flamme wird ihr Saft ausgeschieden. Weiter kochen, bis ihre Schalen sich geöffnet haben.

Zubereitungszeit: ca. 5 Minuten

25.07.05 Leona65

Meeresfrüchtesalat mit frischer Mango

Zutaten für 4 Portionen

1 Stange/n Lauch

1 Knolle/n Fenchel, klein
1 kleine Mango(s)
Salz
1 kleine Pfefferschote, rote
Orange(n)
5 EL Öl (Olivenöl extra Vergine)
250 g Muschel(n) (Miesmuscheln)
125 ml Wein, weiß
100 g Garnele(n), geschälte, gegart
150 g Tintenfische (Tintenfischringe), gegarte
1 Zehe/n Knoblauch, feingehackt
Zitrone(n)
2 EL Kräuter, feingehackt
einige Salat - Blätter

Zubereitung

Von der Lauchstange die Wurzel und das grüne Ende entfernen. Sie Stange erst in 5 cm lange Stücke, dann in feine Julienne schneiden. In kochendem Salzwasser kurz blanchieren, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Die Fenchelknolle längs halbieren, harten Strunk keilförmig herausschneiden und die Hälften in hauchdünne Streifen schneiden. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Kern lösen und in schmale Streifen schneiden. Die Pfefferschote fein hacken.

Alle vorbereiteten Zutaten vermischen und in Orangensaft und 3 EL Öl marinieren.

Miesmuscheln sorgfältig waschen und putzen. Den Wein zum Kochen bringen und die Muscheln darin zugedeckt garen, bis sich die Schalen öffnen. Muschelfleisch aus den Schalen lösen und mit Garnelen und Tintenfischringen vermischen.

Das restliche Öl in einer Pfanne mit dem Knoblauch erhitzen und die Meeresfrüchte darin kurz durchschwenken. Salzen und mit Zitronensaft beträufeln, mit Kräutern bestreuen, dann etwas abkühlen lassen. Mit den übrigen Salatzutaten vermischen.

Abdecken, kühl stellen und etwa 1 Stunde marinieren lassen.

Dann mit den Salatblättern anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

01.07.02 Judith

17.09.02 Judith

Miesmuscheln Côte d'Azur

Zutaten für 4 Portionen

2 kg Muschel(n) (Miesmuscheln), geputzte
2 Zitrone(n) (Bio), eine in Scheiben, die andere in Spalten geschnitten
2 Knoblauchzehe(n)
2 Schalotte(n)
2 Lorbeerblätter
½ Liter Wein, weiß
2 Ei Mehl
Pfeffer aus der Mühle
Salz
Olivenöl
Petersilie

Zubereitung

Knoblauch und Schalotten schälen, grob würfeln und in einem großen Topf in erhitztem Olivenöl andünsten. Muscheln dazugeben, Topfdeckel schließen und nach kurzer Zeit umrühren. Mit Weißwein ablöschen. Lorbeerblätter und die in Scheiben geschnittene Zitrone dazugeben. Umrühren. Wenn der Wein ein wenig gekocht hat und die Muscheln alle geöffnet sind, die Muscheln vom Sud trennen.

Den Sud aufkochen lassen, mit dem Mehl leicht andicken und salzen. Die Muscheln wieder in den andickten Sud zurückgeben, umrühren und kurz noch etwas köcheln lassen.

Mit Petersilie, frisch gemahlenem Pfeffer und Zitronenspalten servieren. Dazu Weißbrot und Rotwein reichen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
12.06.06 meikebruno

Miesmuscheln im Kräutersud

Zutaten für 4 Portionen

4 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)
8 Schalotte(n)
2 Ei Butter
200 ml Wein, weiß
2 Ei Petersilie, frisch gehackt
2 Ei Kräuter, gemischt
Salz
Pfeffer, aus der Mühle

Die Schalotten in kleine Würfel schneiden und in der Butter anschwitzen. Mit Wein ablöschen.

Kräuter und Muscheln dazugeben und im geschlossenen Topf bei mäßiger Hitze garen, bis sich die Schalen geöffnet haben. Geschlossene Muscheln entsorgen.

Muscheln in eine vorgewärmte Schüssel umfüllen. Den Kräutersud mit Pfeffer und Salz abschmecken und wieder über die Muscheln geben. Dazu ein ofenwarmes Baguette.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

15.12.05 Schrat

Miesmuscheln im Rieslingsud

Zutaten für 2 Portionen

1500 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

1 Bund Suppengrün

1 Liter Wein (Riesling)

1 Zwiebel(n)

2 Zehe/n Knoblauch

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Muscheln unter fließendem Wasser bürsten und die Bärte entfernen (geöffnete Muscheln wegwerfen). Mehrmals das Wasser wechseln (verhindert Sand zwischen den Zähnen). Gemüse in Würfel schneiden. Knoblauch und Zwiebeln glasig dünsten. Restliches Gemüse beimischen. Andünsten. Mit 2 Tassen Riesling ablöschen und 10 Minuten kochen lassen. Restlichen Wein dazugeben. Weiter kochen lassen. Nun die Muscheln hinzufügen und etwa 8 Minuten kochen lassen. Den Kochtopf mehrmals hin und her schwenken. Muscheln in eine große Schüssel geben und mit Baguette servieren. (Geschlossene Muscheln wegwerfen!)

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

10.06.03 Vanja

Miesmuscheln in Curry - M

Weißweinsahne

Zutaten für 4 Portionen

2 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

2 Zwiebel(n)

1 Zehe/n Knoblauch

Lorbeerblätter

250 ml Sahne

Curry

Wein, weiß, trocken

g Butter

1 Ei Mehl

Zucker

Salz

Pfeffer

Schnittlauch und/oder Kerbel

Die Miesmuscheln waschen und von Bärten befreien. Beschädigte und geöffnete Muscheln aussortieren und wegwerfen. In einem Topf mit ca. 1 Tasse Wasser, etwas Weißwein, Salz und Pfeffer, einem Lorbeerblatt, einer kleingehackten Zwiebel und einer gehackten Knoblauchzehe ca. 10 min köcheln lassen, bis sich alle Muscheln geöffnet haben. Den entstandenen Muschelsud abgießen und ca. 1-2 Tassen auffangen.

Eine Zwiebel klein hacken. In einem Topf Butter schmelzen und die Zwiebeln glasig dünsten. Currypulver in die Butter geben und mitdünsten, so entwickelt er sehr viel Aroma. Mit 1-2 Ei Mehl eine Mehlschwitze machen und mit dem Muschelsud ablöschen. Die Sahne und einen Schuss Weißwein hinzugeben und die Sauce etwas köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Die heiße Soße über die Miesmuscheln geben und alles umrühren, bis sich die Soße gut verteilt hat. Mit Schnittlauch oder Kerbel bestreuen und genießen.

Dazu schmecken Brot oder Fritten (Ich komme aus Belgien :)))

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

05.06.03 Perchlorat

24.11.2003 16:12 Kommentar von Perryr1

Habe das Rezept gerade ausprobiert. Suuper lecker, allerdings sind die Mengenangaben eher für 2 Personen gedacht. Jetzt weiß ich auch warum es so wenig "satte" Belgier gibt :-).

Viele Grüße von der Nordsee

Perry

[Miesmuscheln in Curry - Kokos - Wein Sud](#)

Zutaten für 2 Portionen

1 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

1 Stange/n Lauch
2 Karotte(n)
1 kleine Zucchini
1 Zehe/n Knoblauch
1 Dose/n Kokosmilch
½ TI Currypaste, grüne
1 Glas Wein, weiß, trocken
etwas Gemüsebrühe
Pfeffer, frisch gemahlener
Curry
250 g Nudeln (Spaghetti oder Spaghettini)

Zubereitung

Miesmuscheln in kaltem Wasser "Sand ausspucken lassen", anschließend die Bärte entfernen. Lauch, Karotten, Zucchini und Knoblauch in dünne Ringe bzw. in feine Streifen schneiden (hobeln). Das Gemüse in einem großen Topf in etwas Öl oder Butter kurz andünsten. Mit Weißwein ablöschen, die Kokosmilch zugeben und aufkochen lassen. Mit Currypaste (wer es scharf mag bis zu einem Teelöffel), Currypulver, Gemüsebrühe und Pfeffer würzig abschmecken. Ist der Sud fertig, die gesäuberten Miesmuscheln zugeben und bei geschlossenem Deckel ca. 5 Minuten köcheln lassen bis sich die Muscheln öffnen.

In der Zwischenzeit die Spaghetti nach Packungsanweisung al dente kochen, abgießen und unter die Muschel/Gemüsemischung heben. Dazu schmeckt z.B. der Rest des trockenen Weißweins.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
28.03.04 Alexandradiezweite

Miesmuscheln in Currysahne M

Zutaten für 4 Portionen

3 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

1 Pck. Sahne

1 Zwiebel(n)
1 Zehe/n Knoblauch
1 Lorbeerblatt
Mehl und Butter für Mehlschwitze
Curry
Salz
Pfeffer
Wein, weiß

evtl. Fischfond

Zubereitung

Muscheln waschen und in einem Topf mit 1/4 l Wasser, dem Lorbeerblatt und einem Schuss Weißwein ca. 15 min kochen. Den Sud abgießen und 1/4 l auffangen.

Zwiebel und Knoblauch klein würfeln und in Butter andünsten. Currypulver zugeben. (Curry unbedingt mit andünsten, dann schmeckt es doppelt so gut!) Mit dem Mehl eine Mehlschwitze herstellen und den Muschelsud und die Sahne hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer, Wein, Zucker abschmecken (evt. Fischfond zugeben) und sämig einkochen lassen. Über die Muscheln geben und noch 5 min. ruhen lassen.

Bei mir gibt's dazu Fritten, aber ich komme auch aus Belgien. Weißbrot tut's auch!! Das Gericht ist ideal für kalte Wintertage, erinnert an Urlaub!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

02.04.04 Perchlorat

Miesmuscheln in rotem Sud

Zutaten für 4 Portionen

2 kg Muschel(n) (Miesmuscheln in der Schale)

2 große Zwiebel(n)

1 Bund Suppengrün

2 Dose/n Tomate(n), geschält

6 Zehe/n Knoblauch

¼ Liter Wein, rot, trocken

2 Lorbeerblätter

8 Körner Pfeffer, schwarz

2 El Öl (Olivenöl)

2 Tl Salz, bevorzugt grobes Meersalz

Zwiebeln und Suppengrün zureichten und in 2 El Olivenöl leicht anbraten, den Knoblauch zugeben. Die Muscheln putzen und waschen. Alle bereits geöffneten Muscheln wegschmeißen.

Die Dosentomaten zu dem leicht angebratenen Gemüse geben. 2 Tl (grobes Meer-) Salz zugeben, ebenso die Pfefferkörner und den Lorbeer; die gereinigten Muscheln auf diesen Sud schichten. Mit dem Rotwein und soviel Wasser aufgießen, dass die Muscheln so eben bedeckt sind.

Ca. 20 - 30 Minuten köcheln lassen, dabei den Topf öfters auf dem Herd schütteln. Wenn sich die Muscheln geöffnet haben, ist das Essen fertig.

Dazu passen frisches Baguette und natürlich ein paar Gläser vom Rotwein!

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

14.10.02 Eimerp

Miesmuscheln in Sahne M

Zutaten für 4 Portionen

4 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

2 Paprikaschote(n), rot

3 Zwiebel(n)

30 g Butter

½ Liter Wein, weiß

250 g Sahne

Petersilie

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Paprikaschoten in Würfel, Zwiebeln in Scheiben schneiden und in der heißen Butter anschwitzen.

Muscheln, Wein und Sahne dazugeben und in geschlossenem Topf ca. 10-15 Minuten dünsten, bis sich die Schalen geöffnet haben. Nicht geöffnete Muscheln entsorgen.

Zum Servieren die Muscheln und das Gemüse in eine vorgewärmte Schüssel geben. Den Sud mit Pfeffer und Salz abschmecken und darüber gießen.

Dazu ein ofenwarmes Baguette.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

15.12.05 Schrat

Miesmuscheln in Sherry

Zutaten für 2 Portionen

500 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

100 g Zwiebel(n), weiße

300 g Tomate(n)

3 Safranfäden

2 Zehe/n Knoblauch

1 El Olivenöl

100 ml Sherry amontillado

1 El Petersilie, gehackte, glatte

Salz und Pfeffer, weißer

Zubereitung

Miesmuscheln bürsten, Bärte entfernen, geöffnete Exemplare wegwerfen. Zwiebel fein hacken. Tomaten häuten, Stielansatz und Samen entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Das flüssige Fruchtfleisch durch ein feines Sieb drücken, in dieser Flüssigkeit die Safranfäden auflösen und beiseite stellen.

Den Knoblauch in Scheiben schneiden und in dem Öl goldgelb braten. Zuerst die Zwiebeln, dann die Tomatenwürfel darin anschwitzen. Die Muscheln zugeben und unter Rühren 3-4 min garen. Den Tomatensaft mit den Safranfäden zugeben und 2 min anschwitzen. Den Sherry aufgießen und ca. 8 min köcheln. Geschlossene Muscheln wegwerfen. Salzen, pfeffern und kurz vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

09.05.05 lametti

Miesmuscheln in Tomate

mit geröstetem Knoblauch Ciabatta

Cozze al Pomodoro con Bruschetta all'aglio

Zutaten für 4 Portionen

2 kg Muschel(n) (Miesmuscheln), küchenfertig

4 Zehe/n Knoblauch, in feine Scheiben geschnitten

150 g Zwiebel(n), in Ringen

4 El Öl, Olivenöl

300 ml Wein, weiß, trocken

250 g Lauch, in Scheiben geschnitten

2 Chilischote(n)

200 g Tomate(n), passiert

1 TI Basilikum, gehackt

1 El Petersilie, gehackt

Salz

8 Scheibe/n Ciabatta

60 g Butter

1 TI Petersilie, gehackt

2 Zehe/n Knoblauch, gepresst

Salz

Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitung

Muscheln unter fließendem Wasser abbürsten. Geöffnete Muscheln, die sich unter Wasser oder beim leichten dagegen Klopfen nicht schließen,

wegwerfen. In einem großen Topf in dem Olivenöl die Zwiebeln, den Lauch, die Chilischoten und den Knoblauch andünsten, die küchenfertigen Muscheln zugeben und bei starker Hitze 5 Min. kochen, bis sich diese öffnen. Nun mit dem Weißwein übergießen und weitere drei Minuten bei starker Hitze kochen lassen. Die passierten Tomaten hinzugeben, mit Salz abschmecken und wieder 5 Min. kochen lassen. Für das Knoblauchciabatta die Butter mit dem Knoblauch, der Petersilie, Salz und Pfeffer gut vermischen. Die Brotscheiben damit bestreichen und im Ofen goldbraun rösten. Vor dem Servieren die Kräuter über die Muscheln geben und sofort mit dem warmen Knoblauch Ciabatta servieren. Muscheln, die sich nicht geöffnet haben, auch wegwerfen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
15.01.04 Sofi

Miesmuscheln in Tomaten - Weißweinsauce

Zutaten für 6 Portionen
5 große Zwiebel(n), (Durchmesser ca. 4cm)
3 Knolle/n Knoblauch

6 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)
4 Bund Petersilie
7 kg Tomate(n), geschälte, aus der Dose
Wein, weiß (ca. 7 El)
1 El Pfeffer, weißer
3 El Salz

Zuerst die Zwiebeln und den Knoblauch in kleine Scheiben hacken. Muscheln waschen in der Wasser gefüllten Spüle.

Öl mit Zwiebeln und Knoblauch 15min dünsten in einem riesigen Topf (ca.20Liter).

Weißwein nun hinzufügen und eine Minute später die gewaschenen Miesmuscheln, obenauf Zwiebeln legen, nicht umrühren.

Nach 5min die geschälten Tomaten aus der Dose nehmen und auf die Miesmuscheln schütten.

Die fast fertigen Muscheln verrühren. Jetzt ca. 20 Minuten warten und in der Zwischenzeit die Petersilie zerhacken und dann nach 20 min Pfeffer und Salz (abgeschmeckt) hinzufügen.

Im Anschluss gehackte Petersilie mit einrühren.

Tipp: Baguettebrot dazu

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.
17.07.04 aton

Miesmuscheln in Tomatenpüree mit Feta M

Zutaten für 4 Portionen

½ Liter Wein, weiß, trocken

3 Lorbeerblätter

1 Bund Thymian

3 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

2 Zwiebel(n), gehackt

1 Zehe/n Knoblauch, gehackt

Olivenöl, extra Vergine

200 g Tomate(n), in Würfeln, enthäutet und entkernt (evtl. a.d. Dose)

Salz

Pfeffer, frisch gemahlen

Zitronensaft

200 g Feta-Käse

Thymian, Blättchen für die Dekoration

Zubereitung

In dem Weißwein die Lorbeerblätter und das Bund Thymian kochen. Darin dann die Miesmuscheln 3 Minuten kochen. Die Muscheln in ein Sieb geben, den Sud auffangen und die oberen Schalen entfernen.

Zwiebeln und Knoblauch in etwas Olivenöl andünsten. Dann den Muschel-Sud und die Tomatenwürfel zufügen. Nun 10 Minuten köcheln lassen und mit Salz/Pfeffer/Zitrone abschmecken.

Die Muscheln mit der heißen Sauce füllen, den Feta darüber krümeln und mit Thymianblättchen garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

18.02.04 Ronomu

Miesmuscheln in Tomatensoße

Zutaten für 2 Portionen

1.5 kg Muschel(n) (Miesmuscheln in Schale)

1 Dose/n Tomate(n), geschälte

1 TI Oregano

1 TI Basilikum

2 El Öl (Olivenöl)

2 TI Pfeffer, schwarzer

2 Zehe/n Knoblauch

2 Chilischote(n), rote

1 Peperoni, feurig scharf

- 1 TL Salz
- 1/8 ml Wein, rot
- 1 Zwiebel(n)
- 1 Zitrone(n)

Olivenöl in einen Topf geben, darin die Zwiebel und die Knoblauchzehen klein gewürfelt glasig erhitzen. Danach die Tomaten zugeben (am besten davor mit einem Stabmixer zerkleinern) Pfeffer, Salz, Rotwein, Oregano, Basilikum, 1/4 l Wasser, Chilischoten (klein geschnitten) und Peperoni (klein geschnitten) dazu geben und aufkochen. Nun die Muscheln zugeben und 10 Minuten kochen lassen.

Dazu passt ein guter Weißwein, Zitrone und etwas Weißbrot .

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
06.08.03 Schmirli

Miesmuscheln in Weißweinsud

Zutaten für 4 Portionen

- 4 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)
- 1 Stange/n Lauch (Porree), klein
- 2 Stange/n Sellerie
- 2 Möhre(n)
- 2 Zwiebel(n)
- 1 Zehe/n Knoblauch
- 1 Bund Petersilie, glatte
- 4 Zweig/e Thymian
- 2 El Öl (Olivenöl)
- 1 Lorbeerblätter
- Pfeffer, weißer, aus der Mühle
- 3/4 Liter Wein, weiß, trocken

Die Muscheln unter kaltem Wasser gründlich abbürsten und die Hauffäden abziehen. Eventuell anhaftende Seepocken mit dem Messer von den Schalen schaben. Bereits geöffnete Muscheln wegwerfen.

Lauch und Sellerie putzen, abbrausen und in feine Scheiben schneiden.

Möhren schälen, Zwiebeln und Knoblauch abziehen. Möhren in Stifte, Zwiebeln in Ringe und Knoblauch in kleine Würfel schneiden. Petersilie und Thymian abbrausen und trocken schütteln.

Olivenöl in einen großen Topf erhitzen und die vorbereiteten Gemüse darin anbraten. Petersilie, Thymian und Lorbeerblätter zufügen und mit reichlich Pfeffer übermahlen. Die Muscheln hineingeben, den Wein angießen und alles zugedeckt unter mehrmaligem Rütteln des Topfes etwa 5 Minuten kochen bis sich die Muscheln geöffnet haben. Muscheln, die sich nicht öff-

net haben, wegwerfen. Die Muscheln mit dem Sud anrichten, dabei die Kräuter entfernen.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

27.04.03 Missas

Miesmuscheln mit Gemüse M

auf Spaghetti

Zutaten für 4 Portionen

250 g Staudensellerie

6 Tomate(n)

4 Schalotte(n)

1 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

¼ Liter Wein, weiß, trocken

100 ml Sahne

Pfeffer

Salz

1 Zucchini

200 g Nudeln (Spaghetti)

Zubereitung

Den Staudensellerie würfeln, die Tomaten enthäuten, entkernen und achteln, die Schalotten halbieren. Miesmuscheln waschen und in 0,25 Liter Weißwein 3 Minuten kochen, dann in ein Sieb geben und den Sud auffangen. Nun ca. 2/3 der Muscheln aus der Schale lösen.

Als nächstes das Gemüse in etwas Olivenöl anrösten, dann den Muschelsud und 100 ml Sahne dazugeben und alles 10 Minuten dünsten. Das Muschelfleisch hineingeben und alles abschmecken (mit Pfeffer und etwas Salz).

Nebenbei die Spaghetti kochen und feingeschnittene Streifen von der Zucchini in den letzten 3 Minuten mitgaren.

Zum Schluss noch die Spaghetti abgießen, mit der Muschelsauce anrichten und mit den restlichen Muscheln garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

17.02.04 Ronomu

Miesmuscheln mit Gouda 4 Ei M

und Pfannkuchen

Zutaten für 4 Portionen

½ Liter Wein, weiß, trocken

3 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

1 Zwiebel(n), gehackt
Öl, (neutrales)

100 g Creme double

Salz

75 g Käse (Gouda), gerieben

1 Bund Petersilie, gehackt
250 g Mehl

4 Ei(er)

375 ml Milch

1 Prise Salz

Zubereitung

Den Weißwein mit den abgespülten Miesmuscheln aufkochen. 3 Minuten kochen lassen, durchsieben, Sud auffangen. Muschelfleisch auslösen. Die Zwiebelwürfel in etwas Öl andünsten. Den Muschelsud und Creme Double zufügen, dann salzen. Nun den geriebenen Gouda, die Petersilie und das Muschelfleisch unterziehen.

Aus Mehl, Eiern, Milch und Salz einen Teig herstellen. Portionsweise daraus in etwas Öl 4 Pfannkuchen backen. Auf Tellern mit der Muschelsauce gefüllt anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

17.02.04 Ronomu

Miesmuscheln mit Knoblauch

Zutaten für 4 Portionen

5 Zehe/n Knoblauch, fein gehackt

5 Schalotte(n), fein gehackt

2 Bund Petersilie, fein gehackt

250 g Butter, weiche

Pfeffer, frisch gemahlen

Meersalz

3 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

½ Liter Wein, weiß, trocken

Chilischote(n), milde, für die Garnitur

Petersilie, für die Garnitur

Zubereitung

Knoblauch, Schalotten und Petersilie mit der Butter vermengen und mit Pfeffer und Meersalz würzen.

Die Miesmuscheln im Weißwein 3 Minuten kochen. Die oberen Schalen entfernen.

Die Knoblauchbutter in die Muschelhälften füllen, diese nebeneinander auf ein Backblech setzen und bei 200°C 5-8 Minuten backen. Die Butter soll dann hellbraun sein.

Nun kreisförmig auf Tellern anrichten und mit Petersilie und mildem Chili garnieren. Dazu Baguette reichen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

17.02.04 Ronomu

Miesmuscheln mit Safran M

Zutaten für 2 Portionen

1 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

1 El Öl (Erdnussöl)

1.5 dl Wein, weiß

1 Zehe/n Knoblauch

3 dl süße Sahne

1 Msp. Safran - Fäden, resp. 1 Safranbriefchen

1 Bund Petersilie

Pfeffer, weißer

Muscheln waschen. Knoblauch klein hacken und im Erdnussöl andünsten. Miesmuscheln dazu, mit Weißwein ablöschen.

Die Pfanne zudecken und das Ganze bei geschlossenem Deckel kochen lassen, bis sich alle Muschelschalen geöffnet haben (ca. 5 Minuten). Sahne, Safran und Pfeffer zu den Muscheln geben. Vor dem anrichten mit Petersilie bestreuen.

Dazu Baguette servieren.

Oftmals gießen wir diese "Sauce" auch über Pasta!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

21.02.03 Zimtstern

Miesmuscheln mit Tomaten

Zutaten für 4 Portionen

2 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

400 g Tomate(n)

2 Schalotte(n)

1 Bund Petersilie, glatte

7 El Wein, weiß, trocken

1 Zweig/e Oregano

7 El Olivenöl

Salz und Pfeffer, aus der Mühle

Die Muscheln sorgfältig putzen und die bereits geöffneten Schalen wegwerfen. Gebürstete, gewaschene Muscheln eine halbe Stunde wässern. Die Tomaten vierteln, Stiele und Kerne entfernen und in kleine Stückchen schneiden. Fein zerkleinerte Schalotten und Petersilie in heißem Öl fünf Minuten dünsten (es wird jetzt nach Zimt riechen!), dann die Tomaten, Oregano und den Weißwein hineingeben und eine Viertelstunde kochen. Nun die Muscheln hineingeben, mit Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze fünf Minuten kochen, bis sich die Muscheln öffnen. Die Muscheln herausnehmen und die Tomatensauce bei starker Hitze noch mal schnell einkochen lassen.

Mit Weißbrot und Petersilie servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

11.02.06 SteffyPeter

Miesmuscheln mit Tomatensauce und Pilzen

Moules a la Chefkoch.de

Zutaten für 2 Portionen

1 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

1 Zwiebel(n)

½ Stange/n Lauch

2 kleine Karotte(n)

200 g Champignons

500 g Tomate(n), selbst gehäutet oder aus der Dose

400 ml Wein, weiß

Butter, zum Anbraten

Salz und Pfeffer

Thymian

Basilikum

Zwiebeln grob würfeln und in einem großen Topf mit Butter glasig anbraten.

Lauch in Ringe, Karotten in feine Scheiben oder Juliennes schneiden und hinzugeben und kräftig dünsten.

Champignons je nach Größe in Viertel oder Scheiben schneiden und ebenfalls in den Topf geben, dünsten.

Tomaten entweder mit heißem Wasser übergießen, häuten, Strunk und Kerne entfernen, in kleine Würfel schneiden - oder einfach welche aus der Dose nehmen (aber Tomate in Stücken oder ganze Tomaten, keine passierten) - in den Topf zugeben und alles aufkochen lassen. Mit Weißwein ablöschen und erneut aufkochen lassen.

Mit Salz, Pfeffer, Thymian, Basilikum - je nach Geschmack auch mit etwas Gemüsebrühe - würzen, bis man einen kräftigen Sud erhält.

Miesmuscheln aus dem Kühlschrank nehmen, waschen, alle Anhaftungen mit einem Messer entfernen (wichtig, weil die Soße ja gegessen werden soll und es nicht knirschen darf). Muscheln, die geöffnet sind und sich unter fließend kaltem Wasser nicht wieder schließen, wegwerfen. Die Muscheln in den Sud geben und 7-10 Minuten köcheln lassen.

Das ganze wird mit Weißbrot serviert.

Anders als bei vielen anderen Muschelrezepten ist auch die Soße eine absolute Delikatesse und unbedingt mitzuessen!

Muscheln, die nach dem Kochen geschlossen sind, sollten nicht gegessen werden.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

17.10.05 picard66

Miesmuscheln nach französischer Art

Zutaten für 4 Portionen

4 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

2 Zwiebel(n)

1 Stange/n Lauch

½ Liter Wasser

1 El Essig (Weißweinessig)

2 Lorbeerblätter

3 Nelke(n)

½ Tl Kümmel

2 Zehe/n Knoblauch

2 El Butterschmalz

1 El Mehl

¼ Liter Wein, Bordeaux, rot

Petersilie, gehackt

Schnittlauch, in Röllchen

Pfeffer, schwarz aus der Mühle
Salz
1 Prise Zucker

Zubereitung

Zwiebeln in kleine Würfel, Lauch in 1 cm breite Ringe schneiden. Das Wasser mit dem Essig erhitzen. Zwiebeln, Lauch, Lorbeer, Nelken, Salz und Kümmel dazu geben und aufkochen. Die Muschel in den Sud geben und 10-15 Minuten im geschlossenen Topf kochen, bis sich die Schalen geöffnet haben. Nicht geöffnete Muscheln entsorgen. Die Muscheln mit einem Schaumlöffel aus dem Sud nehmen und etwas abkühlen lassen. Das Fleisch aus den Schalen nehmen und in einer vorgewärmten Schüssel warm stellen.

Den Sud im offenen Topf bei großer Hitze auf die Hälfte einkochen.

Knoblauchzehen mit etwas Salz zerdrücken und in einer Stielkasserolle in Butterschmalz anbraten, Mehl darüber stäuben und hellbraun werden lassen. Mit dem durchgeseibten Sud ablöschen und unter Rühren aufkochen lassen.

Mit Pfeffer, Salz und Zucker abschmecken. Den Wein dazu gießen und erhitzen, aber nicht mehr kochen lassen.

Muscheln auf vier vorgewärmte Teller verteilen und Sud vorsichtig darüber gießen. Mit Schnittlauchröllchen und Petersilie bestreuen.

Dazu ein ofenfrisches warmes Baguette.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 15 Minuten
14.12.05 Schrat

Miesmuscheln nach Neapolitanischer Art

Zutaten für 4 Portionen

4 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)
200 g Zwiebel(n)
2 Zweig/e Rosmarin
6 Zweig/e Thymian
1 Bund Petersilie
½ Liter Wein, weiß, trocken
1 El Olivenöl
1 Dose Tomate(n), geschälte (800 g)
4 Zehe/n Knoblauch
Salz
Pfeffer, aus der Mühle

1 Prise Zucker

Zubereitung

Zwiebeln in kleine Würfel schneiden. Petersilie von den Stängeln zupfen und klein hacken.

Den Wein, die Hälfte der Zwiebeln, Petersilienstängel, Thymian und Rosmarin in einem großen Topf geben und zum Kochen bringen.

Die Muscheln hinzugeben und etwa 10-15 Minuten kochen, bis sich die Schalen geöffnet haben. Mit einer Schaumkelle in eine vorgewärmte Schüssel umfüllen. Nicht geöffnete Muscheln entsorgen.

Restliche Zwiebelwürfel in heißem Olivenöl anschwitzen. Tomaten würfeln und mit ihrem Saft zu den Zwiebeln geben. Den Knoblauch hineinpresse. Das Tomatenmus mit dem Muschelsud mischen, zum Kochen bringen und mit Salz, Pfeffer und Zucker pikant abschmecken.

Muscheln auf vier vorgewärmten Tellern verteilen, die Sauce darüber gießen und mit der gehackten Petersilie bestreuen.

Dazu ein ofenwarmes Baguette.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

15.12.05 Schrat

Miesmuscheln rheinische Art

dazu Schwarzbrot mit Butter

Zutaten für 4 Portionen

2 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

2 Stange/n Porree

3 Möhre(n)

½ Sellerie

Wasser

1 Zwiebel(n)

250 ml Wein, weiß

Wasser

Schnittlauch

1 Pck. Gewürzmischung (Muschelgewürz)

Dill

Thymian

Pfeffer, weiß

Zubereitung

Den Porree, die Möhren und den Sellerie waschen und putzen. Porree und Möhren in feine Ringe schneiden, Zwiebeln und Sellerie klein hacken. Die Muscheln in ein Becken oder eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Un-

ter kaltem, laufendem Wasser putzen, die Barthaare entfernen und von Sand befreien. Kaputte und offene Muschelschalen nicht zum Verzehr gebrauchen.

Einen großen Topf zum Viertel mit Wasser füllen und den Porree, die Möhren sowie Sellerie und kleingehackte Zwiebel, Muschelgewürz und alle übrigen Gewürze dazu geben. Das Gemüse unter Hitze weich werden lassen (ca. 20-30 Minuten). Die Muscheln und den Weißwein hinzugeben und bei geschlossenem Topf ca. 10-20 Minuten leicht kochen. Während des Garens den Topf öfter rütteln oder mit einer Kelle vorsichtig die Muscheln wieder von oben nach unten unter den Sud heben.

Die geöffneten Muschelschalen auf einem Suppenteller anrichten und mit Sud übergießen. Dazu reicht man Schwarzbrot mit Butter.

Man isst Muscheln, indem man eine leere Muschelschale nimmt und sie wie eine Zange benutzt, um damit das Fleisch aus der Muschel zu lösen. Als Besteck sind lediglich ein Löffel und ein Messer nötig.

Der Löffel wird wie bei einer Suppe verwendet, um den Sud zu sich zu nehmen und das Messer zum Schmieren des Schwarzbrot mit Butter. Eine leere Schüssel für die Muschelschalen sollte auch noch auf dem Tisch stehen.

Selbstverständlich kann auch anderes Brot gereicht werden. Dazu ein kühles Bier oder ein guter Weißwein.

Brennwert p. P.: 455

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

22.01.05 Silvi65

Miesmuscheln Teufels Art

Zutaten für 4 Portionen

3 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

2 Paprikaschote(n), rot und grün

4 m.-große Zwiebel(n)

2 Zehe/n Knoblauch

80 g Butter, oder Margarine

½ Liter Wein, weiß, herb

0.38 Liter Wasser

2 TL, gestr. Salz

4 TL, gestr. Zucker

½ TL Pfeffer, frisch gem.

½ TL Tabasco/ Chili

2 TL Brühe, gekörnt

Muscheln unter fließendem Wasser gründlich waschen und bürsten. Geöffnete Muscheln verwerfen. Geputzte Paprikaschoten in Streifen schneiden, Zwiebeln und Knoblauch in Scheiben schneiden. Fett in einem 8 - 10 l fassenden Topf erhitzen und Paprika, Zwiebeln, Knoblauch glasig dünsten. Mit Weißwein und Wasser ablöschen, aufkochen und alle Gewürze zufügen. Die Muscheln in den kochenden Sud geben und im geschlossenen Topf 10 bis 15 Minuten garen. Die Muscheln portionsweise in großen Schalen servieren und mit dem Sud übergießen. Dazu Schwarz- oder Toastbrot mit Butter reichen.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

26.02.04 Pepi

11.05.05 Mighty23

27.02.2004 21:54 Kommentar von Chilischote

Hallo Basti!

3 kg Miesmuscheln sind sicherlich nicht zu viel für 4 Personen. "Eingefleischte" Muschelesser können locker 1 kg alleine verzehren..

Zu den Kosten: Miesmuscheln sind zwar in der letzten Zeit etwas teurer geworden, aber immer noch eine vergleichsweise preiswerte Delikatesse - wenn sie denn richtig zubereitet werden .-)!

Hallo Pepi!

Das Rezept spricht mich an - wir sind begeisterte Muschelesser, es wird sicher noch in dieser Saison ausprobiert.

P.S.: Ich rüttelte den Topf während des Kochvorgangs 2-3 mal kräftig durch ;-).

LG

Chilischote

31.01.2006 16:49 Kommentar von PetraBroda

Geöffnete Muscheln wegwerfen? Das kann aber ganz schön in die Hose gehen, denn häufig sind alle Muscheln offen! Die Faustregel heißt: offene Muscheln klopfen. Die, die sich nicht von alleine schließen, sind tot. Und nach dem Kochen nur die Muscheln essen, die sich wieder geöffnet haben. (Nach dem Kochen geschlossene Muscheln sind ebenfalls schlecht. Nicht mit Gewalt öffnen.)

Und noch eine Frage: Hat jemand schon mal Erfahrung mit Krebsen oder so was in den Miesmuscheln gemacht? Wir hatten im Herbst Muscheln mit Babyseespinnen o.ä. drin (also in der Muschel ans Fleisch geklemmt), die man fast nicht gesehen hat. Weiß jemand, wie man die im Voraus da rauskriegt? Das war nämlich eine ganz schöne Popelei.

Miesmuscheln, ostfriesische Art

Zutaten für 5 Portionen

2 kg Muschel(n), Miesmuscheln

1 Bund Suppengrün

1 Ei Butter

3 Zwiebel(n)

15 Körner Pfeffer

5 Lorbeerblätter

Salz

¼ Liter Wein, weiß

Zubereitung

Die Muscheln zunächst gründlich waschen und bürsten. Dann einen Sud herstellen aus einem Topf Wasser, dem Weißwein, Suppengrün, den in Scheiben geschnittenen Zwiebeln, einem Klacks Butter, Salz, Lorbeerblättern und Pfefferkörnern, 1/4 Stunde kochen lassen. Schließlich die Muscheln hinzufügen, eventuell noch Wasser zugießen, die Muscheln müssen ganz bedeckt sein und etwa 6 Minuten sprudelnd kochen. Nur die einwandfreien Muscheln öffnen sich beim Kochen, die geschlossenen wegwerfen. Die Muscheln in einer vorgewärmten großen Terrine servieren

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

17.03.03 Kruemmel

Miesmuschelragout

Portion: 4

2 kg Miesmuscheln

3 Zwiebeln

2 Ei Olivenöl

4 Knoblauchzehen

1 Zweig Thymian oder

2 Tl getrockneter Thymian

250 ml trockener Weißwein

600 g Fleischtomaten

2 Fenchelknollen

Salz

schwarzer Pfeffer gemahlen

Die Muscheln unter kaltem Wasser abbürsten. Geöffnete Exemplare wegwerfen. Die Zwiebeln schälen und hacken. In einem großen Topf das Öl erhitzen und

die Zwiebeln darin anbraten. Den Knoblauch schälen und durch die Presse dazudrücken. Den Thymianzweig einlegen. Mit dem Weißwein und 1/4 Liter Wasser aufgießen und aufkochen. Die Muscheln hinzufügen und 8-10 Minuten zugedeckt bei mittlerer Hitze kochen lassen, bis sie geöffnet sind. Geschlossene Exemplare wegwerfen, sie sind ungenießbar. Das Muschelfleisch aus den Schalen nehmen und beiseite stellen. Den Muschelsud durch ein Sieb in einen kleinen Topf gießen und etwa ein Drittel einkochen lassen. Die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen und häuten. Grob würfeln und die

Stielansätze entfernen. In den Muschelsud geben. Bei schwacher Hitze im offenen Topf etwa 5 Minuten köcheln. Inzwischen den Fenchel putzen, waschen, das Grün abschneiden und beiseite stellen. Die Knollen in kleine Würfel schneiden, in den Sud geben und etwa 5 Minuten mitdünsten. Das Fenchelgrün hacken. Den Sud mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Die Muscheln hineinlegen und bei schwacher Hitze etwa 2 Minuten erwärmen. Das Fenchelgrün über das Ragout streuen. Mit Baguette servieren.

Zubereitungszeit ca. 1 1/4 Stunde

Pro Person etwa: 930 Kj/222 kcal 15 g Eiweiß 6 g Fett 14 g Kohlehydrate

Muschelbuletten (Frikadellen) 1 Ei

Rezept aus Bulgarien

Zutaten für 5 Portionen

500 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

1 Liter Gemüsebrühe

1 Zwiebel(n)

1 Ei(er)

Semmelbrösel

Salz und Pfeffer

1 Tasse/n Wein, weiß

Zubereitung

Miesmuscheln in Brühe und Weißwein garen. Abkühlen lassen. Aus den Schalen nehmen, mit Ei, Zwiebeln, Salz, Pfeffer und etwas Semmelmehl vorsichtig vermengen, damit die Muscheln nicht zermatschen. Aus der Masse Kugeln formen und in der Pfanne braten. Schmeckt warm und kalt.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

18.03.04 Diemosa

Muschelragout im 1 Eigelb M

Blätterteigpastetchen

Zutaten für 4 Portionen

500 g Muschel(n) (Miesmuschel)

1 Zwiebel(n)

1 Möhre(n)

2 Prisen Safran

1 Bund Petersilie, glatte

1 Ei Butter

250 ml Wein, weiß, trocken

1 Ei Butter

1 Ei Mehl

125 ml Schlagsahne

1 Eigelb

100 Fleischtomate(n)

1 Spritzer Zitronensaft

4 Blätterteig - Pasteten (fertig gekauft); man kann natürlich auch mehr Pasteten füllen

Zubereitung

Das ist ein einfaches und schnelles Muschelgericht.

Muscheln säubern, Bart entfernen. Möhre und Zwiebel schälen und beides klein würfeln. Petersilie hacken (Tipp: ich gebe sie immer in ein kleines Glas und schneide sie dann mit der Schere klein).

Die Hälfte der Möhre, Petersilie und der Zwiebel mit den Gewürzen, der Butter und dem Weißwein aufkochen. Miesmuscheln zugeben, zugedeckt einige Minuten kochen und dann einmal kräftig den Topf schütteln. Wenn sich die Schalen geöffnet haben, das ist meistens so nach 8-10 Minuten der Fall, die Muscheln herausnehmen und das Fleisch aus den Schalen lösen.

Den gekochten Sud durch ein Sieb gießen. Butter schmelzen, Mehl einrühren, Muschelsud und die Sahne zugießen und einige Minuten unter Rühren kochen, Eigelb mit etwas heißer Flüssigkeit verrühren und in den Sud geben (nun nicht mehr kochen lassen).

Das ausgelöste Muschelfleisch zufügen und alles mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die mittlerweile gehäutete und entkernte Tomate in kleine Würfel schneiden und im Ragout mit erhitzen.

In die Pastetchen füllen und mit dem Rest der Petersilie bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

02.05.06 schmitzbillla

Reis mit Meeresfrüchten

Zutaten für 4 Portionen

250 g Muschel(n), (Lingueirües)

500 ml Wasser

3 El Öl, (Olivenöl)

2 Tasse/n Tomate(n), gewürfelt

3 Zehe/n Knoblauch

1 Tl Paprikapulver

1 Lorbeerblätter

1 Zwiebel(n), gehackt

250 ml Wein, weiß

Salz und Pfeffer

500 g Fisch, - Abfälle, (möglichst der Kopf eines Tamborils (Seeteufels dabei!))

200 g Garnele(n) (Krevetten)

8 große Krabben

12 Muschel(n) (Miesmuscheln)

150 g Muschel(n) (Venusmuscheln)

2 Krebse

1 kleiner Hummer, vorgekocht

4 Tasse/n Reis, gekocht

1 Bund Koriandergrün, gehackt

1 El Essig

Zubereitung

Erst mal muss gesagt werden, dass in Portugal unbedingt zum "Arroz de marisco" Lingueirües gehören. Das ist eine bestimmte Muschelart, die bei uns kaum zu bekommen ist. Als Ersatz kann man jedoch gekochtes Krebsfleisch nehmen.

Die Lingueirües in das kochende Wasser geben, garen lassen, bis sich das Muschelfleisch von der Schale lösen lässt. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch und Tomaten darin anschwitzen lassen, mit Weißwein und Wasser aufgießen. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und dem Lorbeerblatt (fein zerbröselt) würzen. Die Fischabfälle in diesen Sud geben und ca. 20 Min. kochen lassen, dann die Brühe durch ein Haarsieb seihen, etwas Kochwasser von den Lingueirües zugeben und etwas reduzieren lassen. Die Lingueirües sehr klein schneiden und in dem Sud weiter kochen

lassen. Dann, nacheinander, den Hummer, die Krebse, die Krabben dazugeben und gar kochen. Zuletzt kommen die gesäuberten und gewässerten Muscheln dazu. Alles nochmals etwa 10 Min. aufwallen lassen, die Meeresfrüchte aus der Brühe nehmen und auf einer vorgewärmten Platte anrichten, den in etwas Fischbrühe gegarten Reis in die Mitte häufeln oder dazu reichen, die heiße Fischbrühe dazu stellen.

Gehackten Koriander und den Essig separat reichen, damit jeder nach Wunsch würzen kann.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten

10.09.01 Sonja*

Risotto mit Meeresfrüchten

Risotto ai Frutti di mare

für 2 Personen Zubereitungszeit 60 Min

10 Venusmuscheln

10 Miesmuscheln

100 ml trockener Weißwein

4 Scampischwänze mit Schalen

1 Stange Staudensellerie

1 kleine Möhre

2 Frühlingszwiebeln

1 Knoblauchzehe

1 EL Olivenöl

125 Rundkornreis

200 ml Geflügelbrühe / Gemüsebrühe

einige Safranfäden

Salz und Pfeffer

1 EL gehackte glatte Petersilie

Die Muscheln unter fließendem Wasser gut abbürsten, entbarten und bereits geöffnete Muscheln wegwerfen. Den Wein aufkochen lassen, die Muscheln bei geschlossenem Deckel darin 10 Min garen. Die Scampischwänze dazugeben und alles zugedeckt beiseite stellen. Sellerie, Möhre und Frühlingszwiebel waschen, putzen und in feine Würfel schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen und das Gemüse darin andünsten den Knoblauch hineinpressen. Den Reis hineingeben und andünsten, Muscheln und Scampis abtropfen lassen, den Sud durchsieben und den Reis damit ablöschen. Sud einkochen lassen und die Hälfte der Brühe dazugießen. Den Safran in der restlichen Brühe auflösen, nach und nach zum Reis geben. Ungeöffnete Muscheln wegwerfen, das Fleisch aus den Muscheln lösen, die Schalen der Scampi entfernen. Den Reis mit dem Muschelfleisch mischen, mit Salz

und Pfeffer abschmecken und mit den Scampi und der Petersilie garniert servieren.

Pro Portion: 420 kcal, 8 g Fett = 17 %

Sommerlicher Meeresfrüchtesalat

mit Fenchel und Mango

Zutaten für 4 Portionen

1 Stange/n Lauch

Salz

1 Knolle/n Fenchel, klein

1 kleine Mango(s)

1 kleine Pfefferschote, rot

Orange(n)

5 El Öl (Olivenöl, extra Vergine)

250 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

125 ml Wein, weiß

100 g Garnele(n), gegarte, geschälte Garnelen

150 g Tintenfische (Tintenfischringe), gegart

1 Zehe/n Knoblauch, fein gehackte

Zitrone(n)

2 El Kräuter, fein gehackte

einige Salat - Blätter

Zubereitung

Von der Lauchstange die Wurzel und das grüne Ende entfernen. Die Stange erst in 5 cm lange Stücke, dann in feine Julienne schneiden. In kochendem Salzwasser kurz blanchieren, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Die Fenchelknolle längs halbieren, harten Strunk keilförmig herausschneiden und die Hälften in hauchdünne Streifen schneiden. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Kern lösen und in schmale Streifen schneiden. Die Pfefferschote fein hacken.

Alle vorbereiteten Zutaten vermischen und in Orangensaft und 3 El Öl marinieren.

Miesmuscheln sorgfältig waschen und putzen.

Den Wein zum Kochen bringen und die Muscheln darin zugedeckt garen, bis sich die Schalen öffnen. Muschelfleisch aus den Schalen lösen und mit Garnelen und Tintenfischringen vermischen.

Das restliche Öl in einer Pfanne mit dem Knoblauch erhitzen und die Meeresfrüchte darin kurz durchschwenken.

Salzen und mit Zitronensaft beträufeln, mit Kräutern bestreuen, dann etwas abkühlen lassen.

Mit den übrigen Salatzutaten vermischen.

Abdecken, kühl stellen und etwa 1 Stunde marinieren lassen. Dann mit den Salatblättern anrichten.

Dazu frisches Pizzabrot servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

17.07.02 Judith

Sopon de Pescadores

Zutaten für 4 Portionen

200 ml Gemüsebrühe

100 ml Wein, weiß

350 g Fisch, verschiedene Sorten

50 g Garnele(n)

50 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

80 ml Olivenöl

2 Zehe/n Knoblauch

1 Dose Tomatenmark

1 große Paprikaschote(n)

1 große Zwiebel(n)

5 Tomate(n)

1 Lorbeerblatt

Salz und Pfeffer

Basilikum und Oregano

Zubereitung

In einen Topf Olivenöl geben und erhitzen. Die Tomaten, Zwiebeln, Paprika und den Knoblauch klein schneiden und im Topf andünsten. Danach 0,25 TL Oregano, Basilikum und Pfeffer hinzugeben. Dann das Lorbeerblatt in den Topf und alles 30 Minuten zugedeckt köcheln lassen.

Die verschiedenen Fischarten, Garnelen und Miesmuscheln waschen, grob klein schneiden und in den Topf geben. Jetzt den Weißwein dazugeben und ca. 15 Minuten offen kochen. Nach Geschmack würzen und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

26.08.05 Cielito

Verpackte Spaghetti

Zutaten für 4 Portionen

500 g Nudeln (Spaghetti)

500 g Muschel(n) (Miesmuschel(n))

500 g Muschel(n) (Pilgermuschel(n))

100 g Tintenfische in Ringen

400 g Tomate(n) aus der Dose

1 Glas Wein, weiß

3 EL Öl (Olivenöl)

2 Zehe/n Knoblauch, fein gehackt

1 Chilischote(n)

150 g Garnele(n)

1 Bund Petersilie

Zubereitung

Die Muscheln reinigen und in wenig Wasser so lange köcheln bis alle geöffnet sind. Die noch geschlossenen wegwerfen. In einer grossen Pfanne das Öl erhitzen, Knoblauch und Chili darin andünsten. Bei Kindern jetzt die Chilischote entfernen, sonst wird es zu scharf. Sobald der Knoblauch Farbe bekommt mit Weißwein ablöschen. Tomaten samt Saft begeben. Tintenfisch und Garnelen begeben. Nach 5 Min. Muscheln hinzufügen. Salzen und 10 min lang köcheln. Spaghetti nur halbwegs gar kochen und mit der Soße und Petersilie mischen.

Ein Backblech großzügig mit Alufolie auslegen, die Nudelmischung draufgeben und das Ganze fest verschließen oder besser gut einpacken. Es darf kein Dampf entweichen. Bei 220 Grad 8 Min. dünsten. Bei Tisch die Folie öffnen. Der Geruch beim Öffnen ist ganz große Klasse!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

13.11.01 bbbirgit3

Miesmuschel(n) Diverses

Garnelen und Meeresfrüchte M

Überbacken

Zutaten für 4 Portionen

400 g Erbsen, aus der Dose

200 g Garnele(n) - Schwänze

4 EI Sahne

12 Jakobsmuschel(n)

12 Muschel(n) (Miesmuscheln)

3 EI Semmelbrösel

6 EI Olivenöl

Pfeffer - Körner, grüne

Salz

Zubereitung

Muscheln gut abbürsten. Miesmuscheln mit 2 EI Olivenöl in Kasserolle erhitzen, bis sie sich öffnen, herausnehmen, halbieren und Fleisch in einer Muschelhälfte lassen. Fleisch der Jakobs und - Venusmuschelnroh entnehmen. Schalen der Jakobsmuscheln beiseite stellen.

Die Garneleschwänze einige Min. mit 2 EI Öl in einer kleiner Pfanne anbraten, salzen und beiseite stellen. Die Erbsen durch ein Sieb streichen und in einer Schüssel auffangen.

Den Backofen auf 250 Grad vorheizen. Das Erbsenpüree bei geringe Temperatur andünsten, die Sahne, eine Prise Salz und etwas gem. Pfeffer dazugeben, eindicken lassen. Auf einem feuerfesten Teller verteilen.

Leere Muschelschalen mit Venus und -Miesmuschelfleisch füllen und kreisförmig um das Püree anordnen. Mit Miesmuscheln einen zweiten Kreis formen, in die Mitte die Garnelen anrichten. Mit Semmelbrösel bestreuen, mit restlichem Öl beträufeln und zum Überbacken in den Backofen stellen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

04.04.05 bingi

Gegrillte Miesmuscheln mit M

Petersilie und Parmesan

Zutaten für 4 Portionen

450 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

5 EI Wasser

1 EI Butter, zerlassen

1 EI Olivenöl

3 EI Parmesan, frisch gerieben

2 EI Petersilie, frisch, gehackt

2 Zehe/n Knoblauch, fein gehackt
½ El Pfeffer, schwarz, grob gemahlen

Zubereitung

Muscheln gründlich abbürsten. Ablagerungen mit einem Messer von der Schale kratzen. Härte entfernen. Auf jede geöffnete Muschel klopfen und alle, die sich nicht schließen, wegwerfen.

Muscheln mit den 5 El Wasser in einen großen Topf geben. Zugedeckt 5 Minuten dämpfen. Abgießen, geschlossene Muscheln wegwerfen. Obere Schale entfernen und das Fleisch an der unteren Schale haften lassen. Muscheln in einem ofenfesten Gefäß so dicht nebeneinander setzen, dass sie nicht kippen. Grill auf höchste Stufe vorheizen.

In einer Schüssel Butter, Olivenöl, Parmesan, Petersilie, Knoblauch und schwarzen Pfeffer vermengen. Auf jede Muschel ein kleines Häufchen dieser Mischung setzen. 2-3 Minuten grillen, bis die Muscheln goldgelb sind. Muscheln in der Schale servieren und frisches Baguette dazureichen.

Tipp: Für dieses Rezept kann man auch gefrorene Muscheln verwenden, die in der Schale sind. Nach dem Auftauen und Abtropfenlassen einfach auf ofenfeste Schalen verteilen und mit der Käsemischung bestreut ebenfalls 2-3 Minuten grillen.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

13.01.06 fins

16.03.06 picard66

Karibische Muschel - Shrimps Pfanne

Wok,

Zutaten für 4 Portionen

400 g Garnele(n)

400 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

3 Zehe/n Knoblauch

1 m.-große Zwiebel(n)

1 TI Ingwer - Püree

2 TI Koriander

1 TI Kurkuma

0,5 TI Chilipulver

2 El Butterschmalz oder Ghee

2 El Essig (Weißweinessig)

2 El Tomate(n) - Püree

350 ml Kokosmilch

Salz und Pfeffer, frisch gemahlener

Zubereitung

Die Garnelen und Muscheln in einer Court Bouillon in ca. 10 Minuten gar kochen. Das Muschelfleisch mit einer Gabel aus den geöffneten Schalen holen, die Garnelen schälen und den Darm entfernen. Beide mit etwas Bouillon in eine Schüssel geben und warm stellen. Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken. Die Gewürze mit dem Essig und dem Tomatenpüree zu einer Paste verrühren.

Das Butterschmalz in einem Topf oder Idealerweise in einem Wok erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Die Gewürzpaste dazugeben und 2-3 Minuten unter ständigem Rühren kochen, dann mit der Kokosmilch ablöschen und wieder aufkochen lassen. Hitze reduzieren, Muschelfleisch und Garnelen dazugeben und noch etwa 5 Minuten leicht köcheln lassen.

Dazu passen karibische Rotis (Tortilla-artige Fladen) und ein guter Weißwein.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

30.08.04 Drumboy

Marinierte Miesmuscheln M

mit eingelegtem Gemüse

Zutaten für 4 Portionen

600 g Muschel(n), tiefgekühlte geschälte Miesmuscheln im Sud

1 Knoblauchzehe(n)

4 El Olivenöl

2 El Kräuter, fein geschnittene (z.B. Dill, Schnittlauch, Kerbel)

1 Limette(n), (Saft davon)

Salz

Pfeffer

Gemüse, eingelegte (Antipasti). 3 Sorten

60 g Käse, (Grana Padano)

Zubereitung

Diese Vorspeise eignet sich besonders gut zum Vorbereiten und ist eine Bereicherung für jeden Empfang oder ein Büffet.

Zur Zubereitung der Muscheln den Knoblauch schälen und fein schneiden. Das Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen, den Knoblauch darin angehen lassen und die Muscheln im gefrorenen Zustand zufügen. Die Pfanne mit einem Deckel abdecken und den Inhalt 5-8 Minuten dünsten.

Danach die Muscheln in ein Sieb geben und den Sud auffangen. Diesen zurück in die Pfanne geben und auf gut ein Drittel einkochen lassen. Mit den Muscheln in eine Schüssel geben und auskühlen lassen.

In der Zwischenzeit die marinierten Gemüse in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Die Gemüse in mundgerechte Stücke teilen und auf kleine Portionsteller verteilen. Den Grana Padano in kleine Stücke brechen und darüber verteilen.

Zur Fertigstellung der Muscheln diese mit dem Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und die Kräuter unterheben. Die marinierten Miesmuscheln ebenfalls auf kleine Portionsschälchen aufteilen und zusammen mit dem Gemüse servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

25.05.06 Bärchenmama

Meeresfrüchte - Antipasti

Zutaten für 4 Portionen

500 g Muschel(n) (Miesmuschel(n))

500 g Muschel(n) (Venus- oder Kammmuschel(n))

250 g Tintenfische

250 g Kalmar(e), kleine

250 g Garnele(n)

100 ml Öl (Olivenöl)

2 Zitrone(n), ausgepresst

2 EL Petersilie fein gehackt

Zitrone(n) in Spalten zum Garnieren

Zubereitung

Mies- und Kammmuscheln abschrubben, eventuelle Seepocken abkratzen. Die Bärte abziehen und gründlich unter fließendem Wasser abspülen. Beschädigte oder offene Muscheln, die sich auch beim Klopfen auf den Tisch nicht schließen, wegwerfen.

Oktopusse säubern: Den Kopf aufschneiden, die Innereien entfernen; ebenso die Augen und den harten Kiefer. Oktopusse spülen. Gummiartiges Fleisch mit einem Fleischklopfer zart klopfen.

Kalmare reinigen: Kopf und Tentakel mit den Innereien aus dem Körper ziehen. Die Köpfe unterhalb der Augen abschneiden und wegwerfen, die Tentakel beiseite stellen. Die Mäntel spülen, das transparente Fischbein herausziehen und die Mäntel in Ringe schneiden.

Garnelen ausspülen, Darm entfernen, Schwänze intakt lassen.

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen. Oktopusse bei reduzierter Hitze ca. 20 Minuten zart köcheln. Dann Kalmare und Garnelen zugeben. Ca. 2 Minuten kochen, bis die Garnelen rosa sind. Gut abtropfen lassen.

Mies- und Kammuscheln in einem Siebeinsatz über kochendem Wasser ca. 2 Minuten dämpfen, bis sie sich öffnen (Muscheln, die sich nicht öffnen wegwerfen). Jeweils die obere Schale entfernen. Auf einem Teller anrichten.

Grosse Oktopusse in Stücke schneiden. Mit Kalmaren und Garnelen ebenfalls auf dem Servierteller anrichten; mit Meersalz und schwarzem Pfeffer bestreuen. Öl und Zitronensaft mischen und darüber träufeln.

Mit Frischhaltefolie abgedeckt mindestens 2 Stunden im Kühlschrank marinieren.

Vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen und mit Zitronenspalten garnieren.

Brot zum Aufnehmen der Marinade anbieten.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

08.07.02 Judith

Meeresfrüchte - Torte

Muscheln und Scampi im Mürbeteig

Zutaten für 4 Portionen

250 g Mehl

175 g Butter

1 Prise Salz

4 El Wasser

1 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

500 g Muschel(n) (Jakobsmuscheln)

150 g Scampi, geschält

Salz und Pfeffer

Butter für die Form

1 Msp. Muskat

1 Msp. Knoblauchpulver

1 Bund Petersilie

Zubereitung

Aus 225 g Mehl, 150 g Butter, Salz und Wasser einen Mürbteig zubereiten. Den Teig im Kühlschrank 1 Stunde ruhen lassen.

Die gebürsteten Miesmuscheln 10 Minuten in kochendes Wasser legen, bis sich die Muscheln öffnen. Dann aus dem Wasser heben und die Schalen entfernen.

Aus dem restlichen Mehl und Butter eine helle Schwitze bereiten, mit 1 Tasse durchgeseihtem Muschelsud aufgießen. Durchkochen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Den Mürbteig ausrollen und in eine gebutterte Tortenform drücken. Mit einer Gabel mehrmals einstechen und im vor geheizten Backofen bei 220°C auf mittlerer Schiene 15 Minuten hellgelb backen.

Auf dem Tortenboden die Miesmuscheln, die Jakobsmuscheln und die Scampi verteilen, mit Muskat und Knoblauch würzen. Die Mehlsauce darüber gießen und 10 Minuten überbacken.

Mit gehackter Petersilie bestreuen und sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
02.08.05 hemet-nisut-weret

Miesmuscheln im Sud gekocht

Zutaten für 2 Portionen

2 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

2 Stange/n Porree, in Scheiben

250 g Möhre(n), in Scheiben

1 El Pfeffer

2 Tl Salz

5 Würfel Brühe, fett

1 Bund Petersilie, klein gehackt

2 Zwiebel(n), in Scheiben

Zubereitung

Alle Zutaten, außer den Muscheln, in einen ausreichend großen Topf geben, der zu mehr als 3/4 mit Wasser gefüllt ist, und 30-45 Minuten kochen. Die Muscheln reinigen und hinzufügen. Dann mit geschlossenem Deckel mindestens 15 Minuten auf höchster Stufe kochen lassen. Die Muscheln bleiben durch die große Menge Wasser, nachdem sie vom Herd genommen wurden, bis zu 2 Stunden warm.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
27.10.05 Stephan

Miesmuscheln in vietnamesischer Kokossauce

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Zwiebel(n), gehackt
- 2 Chilischote(n), rote, gehackt und entkernt
- 1 Stange/n Zitronengras, gehackt
- 1 Zitrone(n), den Saft davon
- 1 TI Koriander, Pulver
- ½ TI Kurkuma
- Olivenöl, extra Vergine

½ Liter Fischfond

½ Liter Kokosmilch

½ TI Fischsauce

2 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

Koriander, frisch, für die Garnitur

Zwiebel, Chilis, Zitronengras, Zitronensaft, Korianderpulver und Kurkuma zusammen im Mixer pürieren.

In einem Topf etwas Olivenöl erhitzen und die Paste darin 5 Minuten unter Rühren anrösten. Nun Fischfond und Kokosmilch dazugießen, mit der Fischsauce zum Kochen bringen.

Die Miesmuscheln waschen und zufügen, dann zugedeckt ca. 8 Minuten garen, bis die Muscheln sich geöffnet haben. Mit frischem Koriander servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

17.02.04 Ronomu

Trilogie von Muscheln M

Dreierlei gratinierte Muscheln

Zutaten für 4 Portionen

4 Jakobsmuschel(n)

4 Muschel(n) (Meermandeln)

8 Muschel(n) (Miesmuscheln)

400 g Blattspinat

200 g Tomate(n), (gehäutet und in Stücken)

2 Zehe/n Knoblauch

2 Frühlingszwiebel(n)

1 Ei Petersilie, (gehackt)

2 Ei Parmesan, (frisch gerieben)

1 Ei Semmelbrösel

Salz

Pfeffer

Olivenöl

Zitronensaft

Zubereitung

Die Jakobsmuscheln aufbrechen, den Corail lösen und beiseite stellen. Das Muskelfleisch herauslösen, waschen und in wenig Olivenöl von beiden Seiten kurz anbraten, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Den Corail klein hacken.

Eine Knoblauchzehe fein hacken, im Olivenöl der Muscheln leicht anbraten, den verlesenen und gewaschenen Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Den Corail zugeben und kurz mitdünsten lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gewölbte Seite der Schale der Jakobsmuscheln mit dem Spinat füllen und das gebratene Muskelfleisch darauf setzen. Mit etwas Zitronensaft und Olivenöl beträufeln.

Die Meermandeln und die Miesmuscheln in Wasser kochen, bis sich die Schalen öffnen.

Die zweite Knoblauchzehe mit den Frühlingszwiebeln fein hacken, in Olivenöl anbraten, die Tomaten zugeben und kurz dünsten lassen. Mit Salz, Pfeffer und der Petersilie würzen.

Die gegarten Muscheln in eine schöne Muschelhälfte legen, mit der Tomatensoße überziehen. Parmesan und Semmelbrösel mischen und alle Muscheln damit bestreuen. Im heißen Ofen kurz gratinieren.

Mit Weißbrot servieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

18.04.06 impala

Überbackene Miesmuscheln I M

Zutaten für 4 Portionen

2 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)

2 Zwiebel(n)

3 Ei Öl

100 g Käse (Gouda)

3 Zehe/n Knoblauch

½ Bund Petersilie

5 Ei Semmelbrösel

Salz und Pfeffer

Cayennepfeffer

Zubereitung

Feingehackte Zwiebeln in 2 El Öl weich dünsten. Muscheln u. 1/8 l Wasser zugeben, zugedeckt 5 Min. kochen.

Eine Schalenhälfte der Muscheln entfernen, die andere Hälfte mit dem Fleisch auf ein Backblech legen. Geriebenen Käse, gepressten Knoblauch, gehackte Petersilie, Semmelbrösel u. 1 El Öl zu einer Paste rühren u. abschmecken. Paste auf den Muscheln verteilen.

Bei 250° C im Ofen o. unter dem Grill 5 Min. backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

24.03.04 channel

Überbackene Miesmuscheln II

Zutaten für 4 Portionen

1500 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

3 Zehe/n Knoblauch

2 kleine Schalotte(n)

1 Bund Petersilie

3 El Paniermehl

100 g Butter

Zubereitung

Muscheln in reichlich kaltes Wasser geben, einige Stunden darin liegen lassen, das Wasser ab und zu erneuern, die Muscheln anschließend gründlich bürsten, Bartbüschel entfernen, so lange abspülen bis das Wasser vollkommen klar bleibt.

Dann die Muscheln in kochendes Wasser geben. Ca.8 Minuten lang kochen bis sich die Muscheln öffnen.

Muscheln abgießen, kurz abkühlen lassen. Jeweils eine Muschelschalenhälfte entfernen.

Die Schalen mit dem Muschelfleisch nebeneinander auf ein gefettetes Backblech setzen. *Muschelfleisch nach oben*

Für die Füllung: Die Knoblauchzehen und die Schalotten abziehen und würfeln. Petersilie waschen, trockentupfen und grob zerkleinern. Anschließend Petersilie, Schalotten und den Knoblauch pürieren. Zu dem Pürierten 3 El Paniermehl hinzufügen und gut verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das ganze auf den Muschelhälften verteilen. Die Zitrone auspressen, 100g Butter zerlassen, mit dem Saft der Zitrone verrühren. Das ganze über die Muscheln träufeln. Das ganze bei 200 Grad für 8 Minuten im Backofen überbacken. Hinweis: Muscheln, die sich beim Wässern und anschließendem Bürsten öffnen, sind ungenießbar.

Also nur geschlossene Muscheln verwenden.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.
02.05.04 elobix

Überbackene Miesmuscheln mit Feta M

Zutaten für 2 Portionen

1.5 kg Muschel(n) (Miesmuscheln)
50 g Butter
500 g Tomate(n), enthäutet und gewürfelt

150 g Feta-Käse, fein gewürfelt

1 El Essig (Weißweinessig)
1 Tl Zucker
Meersalz
Pfeffer, schwarzer

Zubereitung

Die Muscheln in einem geschlossenen Topf mit etwas Wasser aufkochen, bis sich die Muscheln öffnen. Nicht geöffnete Muscheln wegwerfen. Den Sud filtern, die Muscheln aus den Schalen lösen und beiseite stellen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Butter in einer Pfanne zerlassen und die Tomatenwürfel andünsten; den Muschelsud zugeben, einkochen lassen und mit Essig, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Muscheln und Tomatensauce mischen, in eine gebutterte Auflaufform geben und im Ofen 15 Min garen. Danach den Käse darüber geben und nochmals 10 Min überbacken. In der Form mit Weißbrot servieren.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
09.11.05 lobloch4

Westfälische Muscheln

Zutaten für 1 Portionen

300 g Porree
200 g Zwiebel(n)
100 g Sellerie
Salz und Pfeffer
etwas Brühe

750 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

Zubereitung

Ich koche pro Portion Porree (300g) und Zwiebel (200g) in Ringen, Sellerie (gewürfelt) mit Salz, einer kräftigen Portion Pfeffer kurz in Brühe auf, gebe dann dazu die geputzten Miesmuscheln (750g), die in etwa 10 Minuten gar sind und sich geöffnet haben. Messer und Gabeln sind beim Essen überflüssig, eine leere Muschelschale dient als Ess-Zange; die kräftige Muschelsuppe wird dazu gelöffelt.

Ich reiche dazu gebuttertes Schwarzbrot und ein kräftiges Bier.

Guten Appetit!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

02.05.02 Biene62

Muscheln

Gedämpfte Muscheln

Zutaten für 4 Portionen

20 g Pilze (getrocknete Wolkenohrpilze)

20 g Pilze (getrocknete Shiitake)

2 kg Muschel(n), gemischte, frische

2 Schalotte(n)

2 Zehe/n Knoblauch

200 g Fenchel (Fenchelknolle)

1 Zucchini

1 Bund Petersilie, glatte

4 Zweig/e Thymian, frischer

4 El Öl (Oliven)

Salz und Pfeffer, frisch gemahlener weißer

200 ml Wein, weiß, trocken

3 El Portwein

1 Wurzel/n Petersilie

Zubereitung

Die beiden Pilzsorten im lauwarmen Wasser einweichen. Die Schwertmuscheln in kaltes Wasser legen und das Wasser mehrfach wechseln, weil die Muscheln besonders sandig sind. Alle Muscheln unter fließendem Wasser bürsten und von den Miesmuscheln den Bart entfernen. Die Schalotten und die Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Die Möhren und die Petersilienwurzel schälen. Den Fenchel putzen und zusammen mit Möhren und Petersilienwurzel grob hacken. Die Schale vom gewaschenen Zucchini mit einem Zestenreißer in Streifen abziehen. Die eingeweichten Pilze putzen und in mundgerechte Stücke teilen. Die Petersilie waschen, trocken

schütteln und die Blätter fein hacken. Die Thymianblättchen von den Zweigen abrebeln. Das Olivenöl in einem weiten Topf mit Deckel erhitzen. Pilze und alle Gemüse, außer Zucchiniestreifen, im Öl andünsten, leicht salzen und pfeffern und den Weißwein angießen. Einmal aufkochen lassen und zunächst die großen Muscheln, wie Schwertmuscheln und große Miesmuschel in den Topf geben. Den Deckel schließen und die Muscheln über starker Hitze etwa 3 Minuten dämpfen. Dann die restlichen Muscheln zugeben und ebenfalls einige Minuten dämpfen, bis alle Muscheln geöffnet sind. Dabei den geschlossenen Topf mehrmals rütteln. Den Topf öffnen und noch geschlossene Muscheln wegwerfen. Zucchiniestreifen, Petersilie und Thymian untermischen und eine Minute ziehen lassen. Das Gericht mit Portwein abschmecken. Muscheln und Gemüse auf vorgewärmte Teller verteilen und weißen Pfeffer frisch darüber mahlen.

Brennwert p. P.: 300

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

04.11.01 Tomate

Muscheln mit Champignons 1 Eigelb M

450 g Muschelfleisch in Mehl wenden, + in Butter hellbraun braten, rausnehmen, dann

250 g Champignon in Butter dünsten, rausnehmen, darin + Butter + mit Mehl eine helle Mehlschwitze bereiten + mit

0,5 Tasse Milch ablöschen.

0,5 Tasse Sahne +

1 Eigelb dazugeben, mit Salz + Pfeffer würzen.

Die Muscheln + Champignons vorsichtig unter die Sauce mischen, in Ausgebutterte Förmchen füllen + im vorgeheizten Backofen ca. 5 min backen.

Geriebenen Schweizerkäse bestreuen + nochmals kurz überbacken.

Reis mit Meeresfrüchten

Zutaten für 4 Portionen

250 g Muschel(n), (Lingueirües)

500 ml Wasser

3 El Öl, (Olivenöl)

2 Tasse/n Tomate(n), gewürfelt

3 Zehe/n Knoblauch

1 TI Paprikapulver

1 Lorbeerblätter

1 Zwiebel(n), gehackt
250 ml Wein, weiß
Salz und Pfeffer
500 g Fisch, - Abfälle, (möglichst der Kopf eines Tamborils (Seeteufels dabei!))

200 g Garnele(n) (Krevetten)

8 große Krabben

12 Muschel(n) (Miesmuscheln)

150 g Muschel(n) (Venusmuscheln)

2 Krebse

1 kleiner Hummer, vorgekocht

4 Tasse/n Reis, gekocht

1 Bund Koriandergrün, gehackt

1 El Essig

Zubereitung

Erst mal muss gesagt werden, dass in Portugal unbedingt zum "Arroz de marisco" Lingueirões gehören. Das ist eine bestimmte Muschelart, die bei uns kaum zu bekommen ist. Als Ersatz kann man jedoch gekochtes Krebsfleisch nehmen.

Die Lingueirões in das kochende Wasser geben, garen lassen, bis sich das Muschelfleisch von der Schale lösen lässt. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch und Tomaten darin anschwitzen lassen, mit Weißwein und Wasser aufgießen. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und dem Lorbeerblatt (fein zerbröselt) würzen. Die Fischabfälle in diesen Sud geben und ca. 20 Min. kochen lassen, dann die Brühe durch ein Haarsieb seihen, etwas Kochwasser von den Lingueirões zugeben und etwas reduzieren lassen. Die Lingueirões sehr klein schneiden und in dem Sud weiter kochen lassen. Dann, nacheinander, den Hummer, die Krebse, die Krabben dazugeben und gar kochen. Zuletzt kommen die gesäuberten und gewässerten Muscheln dazu. Alles nochmals etwa 10 Min. aufwallen lassen, die Meeresfrüchte aus der Brühe nehmen und auf einer vorgewärmten Platte anrichten, den in etwas Fischbrühe gegarten Reis in die Mitte häufeln oder dazu reichen, die heiße Fischbrühe dazu stellen.

Gehackten Koriander und den Essig separat reichen, damit jeder nach Wunsch würzen kann.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten

10.09.01 Sonja*

Spanische Feuer - Muscheln

Zutaten für 1 Portionen

1 kg Muschel(n)

1 Bund Suppengrün

200 ml Wein, weiß, ersatzweise Wasser oder Fischfond

½ Dose Tomate(n), gestückelt oder ganz

Knoblauch, frisch

Chilischote(n), frisch

Salz und Pfeffer

½ Baguette

Zubereitung

Suppengemüse klein schneiden, mit Salz, Pfeffer, Chili und Knoblauch in einem großen Topf scharf anbraten. Mit ca. 200 ml Wein oder Wasser ablöschen und die Muscheln obenauf geben. Deckel drauf und ab und zu leicht am Topf rütteln. Wenn die Muscheln sich geöffnet haben, kurz rausnehmen und auf einem Teller beiseite legen.

Eine Dose Tomaten in Stücken dazugeben und kurz aufkochen, evt. noch mal abschmecken. Die Muscheln teilen, wieder in den Topf geben und bei geringer Hitze kurz durchziehen lassen.

Mit frischem, warmem Baguette servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

24.08.05 feli23

Südnorwegische Fischsuppe M

Zutaten für 4 Portionen

1 Liter Fischfond

120 g Butter

120 g Mehl (Weizenmehl)

50 g Knollensellerie

100 g Möhre(n)

100 g Lauch

100 g Crème fraîche

1 kg Muschel(n)

250 g Krabben, (falls frische mit Schale dann 500 gr)

Salz

Schnittlauch

Wein, weiß

Zubereitung

Gemüse in dünne Streifen schneiden und im Fischfond 2-3 min. kochen. Fischfond absieben und das Gemüse zur Seite stellen. Mit der Butter und dem Mehl eine Mehlschwitze herstellen. Diese dann mit dem Fischfond ablöschen. Suppe dann ca. 30 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit Muscheln säubern und kurz kochen.

Kurz vor dem Servieren die Suppe mit der Creme fraîche legieren. Suppe mit Salz, Weißwein und Schnittlauch abschmecken. Gemüse, Muscheln und Krabben zur Suppe geben.

Dazu passt Weißbrot.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

03.01.05 maria.no

Pilgermuscheln

Verpackte Spaghetti

Zutaten für 4 Portionen

500 g Nudeln (Spaghetti)

500 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

500 g Muschel(n) (Pilgermuscheln)

100 g Tintenfische in Ringen

400 g Tomate(n) aus der Dose

1 Glas Wein, weiß

3 EL Öl (Olivenöl)

2 Zehe/n Knoblauch, fein gehackt

1 Chilischote(n)

150 g Garnele(n)

1 Bund Petersilie

Zubereitung

Die Muscheln reinigen und in wenig Wasser so lange köcheln bis alle geöffnet sind. Die noch geschlossenen wegwerfen. In einer grossen Pfanne das Öl erhitzen, Knoblauch und Chili darin andünsten. Bei Kindern jetzt die Chilischote entfernen, sonst wird es zu scharf. Sobald der Knoblauch Farbe bekommt mit Weißwein ablöschen. Tomaten samt Saft begeben. Tintenfisch und Garnelen begeben. Nach 5 Min. Muscheln hinzufügen. Salzen

und 10 min lang köcheln. Spaghetti nur halbwegs gar kochen und mit der Soße und Petersilie mischen.

Ein Backblech großzügig mit Alufolie auslegen, die Nudelmischung draufgeben und das Ganze fest verschließen oder besser gut einpacken. Es darf kein Dampf entweichen. Bei 220 Grad 8 Min. dünsten. Bei Tisch die Folie öffnen. Der Geruch beim Öffnen ist ganz große Klasse!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

13.11.01 bbbirgit3

Venusmuscheln

Feine Bandnudeln mit Venusmuscheln

Linguine alle Vongole

Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg Muschel(n) (Venusmuscheln)
- 500 g Bandnudeln, feine (Linguine)
- 1 Zehe/n Knoblauch
- 1 Chilischote(n), frisch, rot
- 2 EL Olivenöl
- 150 ml Wein, weiß (trocken)
- Petersilie

Zubereitung

Muscheln in kaltes Wasser legen. Nudeln aufsetzen, gleichzeitig Knoblauch und Chili (beides gehackt) in Öl in einer großen Pfanne anschwitzen. Die Muscheln, die geschlossen bleiben, aus dem Wasser nehmen und in die Pfanne geben. Offene Muscheln wegwerfen. Mit Wein begießen und bedeckt ein paar Minuten köcheln lassen, dann müssten sich die Muscheln geöffnet haben. Geschlossene wegwerfen.

Die al dente gekochte Pasta dazugeben und circa 1 Minute ziehen lassen. Mit Petersilie servieren.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

01.10.05 Juliane_Leupold

Leonas Muschelbuzara

Zutaten für 1 Portionen

½ Port. Muschel(n) (Miesmuscheln)

½ Port. Muschel(n) (Vongole, Venusmuscheln)

Petersilie

Zehe/n Knoblauch

Paniermehl

Paprikapulver

Wein, rot oder weiß

Olivenöl oder Sonnenblumenöl

Zubereitung

Miesmuscheln und Vongole (Venusmuscheln) in einen Topf legen, mit Petersilie, Knoblauch, Paniermehl und Paprika würzen und mit Wein und Öl übergießen. Auf starker Flamme wird ihr Saft ausgeschieden. Weiter kochen, bis ihre Schalen sich geöffnet haben.

Zubereitungszeit: ca. 5 Minuten

25.07.05 Leona65

Linguine mit Venusmuscheln

Extra fettarm

Zutaten für 2 Portionen

20 Muschel(n) (Venusmuscheln)

1 Knolle/n Fenchel

2 Tomate(n)

2 Zehe/n Knoblauch

1 Chilischote(n)

2 EL Öl

4 EL Wein, weiß

Salz und Pfeffer

125 g Nudeln (Linguine)

etwas Dill

50 ml Wasser

Zubereitung

Muscheln ca. 10 Minuten wässern, danach verlesen. Fenchel putzen und klein schneiden. Tomaten halbieren, würfeln. Knoblauch und Chili sehr fein hacken.

Öl erhitzen. Chili, Knoblauch, Tomaten und Fenchel darin anbraten. Muscheln zugeben. Mit Wein und 50 ml Wasser ablöschen. Salzen, pfeffern und ca. 10 Minuten einkochen lassen.

Linguine in Salzwasser garen, abgießen, mit den Muscheln mischen. Nochmals abschmecken. Mit gehacktem Dill bestreuen.

Brennwert p. P.: 450

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

31.05.05 Dragonfly-Lady

Meeresfrüchte - Antipasti

Zutaten für 4 Portionen

500 g Muschel(n) (Miesmuschel(n))

500 g Muschel(n) (Venus- oder Kammmuschel(n))

250 g Tintenfische

250 g Kalmar(e), kleine

250 g Garnele(n)

100 ml Öl (Olivenöl)

2 Zitrone(n), ausgepresst

2 EL Petersilie fein gehackt

Zitrone(n) in Spalten zum Garnieren

Zubereitung

Mies- und Kammmuscheln abschrubben, eventuelle Seepocken abkratzen. Die Bärte abziehen und gründlich unter fließendem Wasser abspülen. Beschädigte oder offene Muscheln, die sich auch beim Klopfen auf den Tisch nicht schließen, wegwerfen.

Oktopusse säubern: Den Kopf aufschneiden, die Innereien entfernen; ebenso die Augen und den harten Kiefer. Oktopusse spülen. Gummiartiges Fleisch mit einem Fleischklopfer zart klopfen.

Kalmare reinigen: Kopf und Tentakel mit den Innereien aus dem Körper ziehen. Die Köpfe unterhalb der Augen abschneiden und wegwerfen, die Tentakel beiseite stellen. Die Mäntel spülen, das transparente Fischbein herausziehen und die Mäntel in Ringe schneiden.

Garnelen ausspülen, Darm entfernen, Schwänze intakt lassen.

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen. Oktopusse bei reduzierter Hitze ca. 20 Minuten zart köcheln. Dann Kalmare und Garnelen zugeben. Ca. 2 Minuten kochen, bis die Garnelen rosa sind. Gut abtropfen lassen.

Mies- und Kammuscheln in einem Siebeinsatz über kochendem Wasser ca. 2 Minuten dämpfen, bis sie sich öffnen (Muscheln, die sich nicht öffnen wegwerfen). Jeweils die obere Schale entfernen. Auf einem Teller anrichten.

Grosse Oktopusse in Stücke schneiden. Mit Kalmaren und Garnelen ebenfalls auf dem Servierteller anrichten; mit Meersalz und schwarzem Pfeffer bestreuen. Öl und Zitronensaft mischen und darüber träufeln.

Mit Frischhaltefolie abgedeckt mindestens 2 Stunden im Kühlschrank marinieren.

Vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen und mit Zitronenspalten garnieren.

Brot zum Aufnehmen der Marinade anbieten.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

08.07.02 Judith

Muschelriesotto mit Safranfäden M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Muschel(n) (Miesmuscheln)

500 g Muschel(n) (Venusmuscheln)

2 El Olivenöl

150 g Gemüse (Lauch, Frühlingszwiebel, Sellerie, Karotte, Schalotte), gewürfelt

2 El Pfeffer - Körner

1 Lorbeerblatt

2 Zweig/e Thymian

1 Zehe/n Knoblauch

100 ml Wein, weiß

80 g Butter

3 Schalotte(n), fein gehackt

2 Tasse/n Reis (Risottoreis)

100 ml Wein, weiß

500 ml Fischfond

500 ml Fond (Muschelfond)

2 g Safranfäden

4 El Parmesan, gerieben

Salz und Pfeffer

8 Jakobsmuschel(n)

etwas Pesto

Zubereitung

Die Muscheln vom Bart befreien und waschen. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Das Gemüse, Knoblauchzehe und Muscheln hinzufügen und ebenfalls anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und die Muscheln zugedeckt köcheln lassen, bis sich die Schalen öffnen.

Alles auf ein Sieb schütten, den Muschelfond auffangen. Nicht geöffnete Muscheln wegwerfen. Einige geöffnete Muscheln zum Garnieren zurückbehalten, von den restlichen das Fleisch aus den Schalen lösen.

Für das Risotto 50 g Butter zergehen lassen, die Schalotten etwa 3 Minuten darin anschwitzen. Reis hinzugeben und unter Rühren 2 Minuten andünsten. Mit Weißwein portionsweise ablöschen und jeweilsiterrühren, bis dieser aufgesogen ist. Auf diese Weise den gesamten Wein einrühren. Den Reis mit Fisch- und Muschelfond auffüllen und sanft köcheln lassen. Wenn er fast gar, d.h. noch bissfest ist, die Safranfäden begeben und kurz mitköcheln lassen.

Die restliche Butter und den Parmesan unterrühren, das Muschelfleisch hinzufügen und heiß werden lassen. Das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Jakobsmuscheln in einer Grillpfanne kurz anbraten. Mit Jakobsmuscheln, den zurückbehaltenen Muscheln in den Schalen und etwas Pesto in tiefen Tellern anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

17.01.06 pebbles4

Potpourri aus Meeresfrüchten

Zarzuela Sarsuela/Zarzuelea

Zutaten für Portionen

1 EL Öl (Olivenöl)

1 Zwiebel(n), halbiert

500 ml Wasser

150 ml Wein, weiß

1 Lorbeerblätter

500 g Muschel(n) (Venusmuscheln mit Schale), gesäubert

400 g Tintenfische, gesäubert - oder Ringe

250 g Seeteufel, (oder ein anderer Fisch mit weißem, festem Fleisch)

Mehl, zum Wenden

2 Zehe/n Knoblauch

30 g Mandeln, geröstete, geschält

1 Zwiebel(n), gehackt

500 g Tomate(n), geschält, entkernt, gehackt

1 Msp. Safran, reiner

2 EL Brandy

5 EL Öl (Olivenöl)

400 g Hummer - Krabben, ganz, mit Schale
0,5 Zitrone(n), den Saft
Salz und Pfeffer

Zubereitung

In einem großen Kochtopf 1 EL Olivenöl erhitzen und darin die Zwiebelhälften leicht anbräunen lassen. Wasser, Wein und Lorbeerblatt zugeben und 5 Minuten einkochen lassen. Dann die Muscheln darin solange kochen, bis sie sich geöffnet haben. Den Muschelsud in einen kleinen Kochtopf passieren. Muscheln beiseite stellen, Zwiebelstücke und Muscheln, die sich nicht geöffnet haben, entfernen.

Den Tintenfisch in dünne Ringe, den Fisch in große Stücke schneiden und beide in Mehl wenden. Beiseite stellen. Eventuelle Fischgräten, -köpfe, -schwänze und Fischhaut zum Muschelsud geben und bei starker Hitze bis auf 1/4 Liter Flüssigkeit einkochen lassen. In eine Schüssel passieren. Den Knoblauch und die Mandeln in einem Mörser zu einer feinen Paste zermahlen und dann gut unter den Fischsud arbeiten. Beiseite stellen.

Die 2 EL Olivenöl in einer großen, gusseisernen Kasserolle erhitzen und die Zwiebel glasig dünsten. Tomaten, Safran und Brandy unterrühren und bei niedriger Temperatur ca. 5 Minuten mit Deckel kochen lassen. Unterdessen 5 EL Olivenöl in einer großen Bratpfanne erhitzen und nacheinander die Kalmar-Ringe und die Fischstücke goldbraun braten und dann in die Kasserolle legen. Hummerkrabben dazugeben und die Knoblauch-Mandel-Mischung mit dem Zitronensaft vorsichtig darunter rühren. Zum Kochen bringen, die Muscheln zufügen und bei niedriger Temperatur ca. 5 Minuten mit Deckel köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sofort heiß servieren.

Man kann das Gericht auch im Backofen fertig garen lassen. Dann beträgt die Restgarzeit 15 Min. bei 200°.

Das Gericht eignet sich gut für mehr Portionen. Einfach die Zutaten anhand der Personenzahl vervielfältigen. Die Garzeit bleibt die gleiche!!!

22.7.03 Ingepego CK

Reis mit Meeresfrüchten

Zutaten für 4 Portionen

250 g Muschel(n), (Lingueirües)

500 ml Wasser

3 El Öl, (Olivenöl)

2 Tasse/n Tomate(n), gewürfelt

3 Zehe/n Knoblauch

1 TI Paprikapulver

1 Lorbeerblätter

1 Zwiebel(n), gehackt
250 ml Wein, weiß
Salz und Pfeffer
500 g Fisch, - Abfälle, (möglichst der Kopf eines Tamborils (Seeteufels dabei!))

200 g Garnele(n) (Krevetten)

8 große Krabben

12 Muschel(n) (Miesmuscheln)

150 g Muschel(n) (Venusmuscheln)

2 Krebse

1 kleiner Hummer, vorgekocht

4 Tasse/n Reis, gekocht

1 Bund Koriandergrün, gehackt

1 El Essig

Zubereitung

Erst mal muss gesagt werden, dass in Portugal unbedingt zum "Arroz de marisco" Lingueirões gehören. Das ist eine bestimmte Muschelart, die bei uns kaum zu bekommen ist. Als Ersatz kann man jedoch gekochtes Krebsfleisch nehmen.

Die Lingueirões in das kochende Wasser geben, garen lassen, bis sich das Muschelfleisch von der Schale lösen lässt. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch und Tomaten darin anschwitzen lassen, mit Weißwein und Wasser aufgießen. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und dem Lorbeerblatt (fein zerbröselt) würzen. Die Fischabfälle in diesen Sud geben und ca. 20 Min. kochen lassen, dann die Brühe durch ein Haarsieb seihen, etwas Kochwasser von den Lingueirões zugeben und etwas reduzieren lassen. Die Lingueirões sehr klein schneiden und in dem Sud weiter kochen lassen. Dann, nacheinander, den Hummer, die Krebse, die Krabben dazugeben und gar kochen. Zuletzt kommen die gesäuberten und gewässerten Muscheln dazu. Alles nochmals etwa 10 Min. aufwallen lassen, die Meeresfrüchte aus der Brühe nehmen und auf einer vorgewärmten Platte anrichten, den in etwas Fischbrühe gegarten Reis in die Mitte häufeln oder dazu reichen, die heiße Fischbrühe dazu stellen.

Gehackten Koriander und den Essig separat reichen, damit jeder nach Wunsch würzen kann.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten

10.09.01 Sonja*

Reissalat mit Muscheln

Zutaten für 2 Portionen

100 g Reis (Langkornreis)

2 Tomate(n)

200 g Brokkoli

80 g Muschel(n), (Venusmuscheln aus der Dose)

Salz

1 kl. Kopf Radicchio

150 g saure Sahne, (10 % Fett)

2 EL Kräuter, gemischte

Pfeffer, schwarzer

3 Zehe/n Knoblauch

Zubereitung

Den Reis nach Packungsanleitung etwa 20 Minuten kochen. Inzwischen die Tomaten in kleine Würfel schneiden. Den Brokkoli in Röschen teilen und in Salzwasser blanchieren. Abtropfen lassen.

Die Venusmuscheln gut abtropfen lassen. Den Radicchio in feine Streifen schneiden.

Die saure Sahne mit den Kräutern verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die geschälten Knoblauchzehen durch die Knoblauchpresse ins Dressing drücken und alles verrühren.

Den Reis abtropfen lassen und mit den anderen Salatzutaten vermischen. Zum Schluss das Dressing unter den Salat geben.

Brennwert p. P.: 325 , 9,5 g Fett * 26 %

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

01.06.05 Seehuhn

Risotto mit Meeresfrüchten

Risotto ai Frutti di mare

für 2 Personen Zubereitungszeit 60 Min

10 Venusmuscheln

10 Miesmuscheln

100 ml trockener Weißwein

4 Scampischwänze mit Schalen

1 Stange Staudensellerie
1 kleine Möhre
2 Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehe
1 EL Olivenöl
125 Rundkornreis
200 ml Geflügelbrühe / Gemüsebrühe
einige Safranfäden
Salz und Pfeffer
1 EL gehackte glatte Petersilie

Die Muscheln unter fließendem Wasser gut abbürsten, entbarten und bereits geöffnete Muscheln wegwerfen. Den Wein aufkochen lassen, die Muscheln bei geschlossenem Deckel darin 10 Min garen. Die Scampischwänze dazugeben und alles zugedeckt beiseite stellen. Sellerie, Möhre und Frühlingszwiebel waschen, putzen und in feine Würfel schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen und das Gemüse darin andünsten den Knoblauch hineinpressen. Den Reis hineingeben und andünsten, Muscheln und Scampis abtropfen lassen, den Sud durchsieben und den Reis damit ablöschen. Sud einkochen lassen und die Hälfte der Brühe dazugießen. Den Safran in der restlichen Brühe auflösen, nach und nach zum Reis geben. Ungeöffnete Muscheln wegwerfen, das Fleisch aus den Muscheln lösen, die Schalen der Scampi entfernen. Den Reis mit dem Muschelfleisch mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den Scampi und der Petersilie garniert servieren.

Pro Portion: 420 kcal, 8 g Fett = 17 %

Spaghetti mit Venusmuscheln I

Spaghetti Vongole

Zutaten für 2 Portionen

1 kg Muschel(n) (Venusmuscheln)
3 Zehe/n Knoblauch
1 Bund Petersilie
2 Tomate(n)
250 g Nudeln (dünne Spaghetti)
¼ Liter Wein, weiß
Salz
Pfeffer
Öl (Olivenöl)

Zubereitung

Die Muscheln gut waschen, geöffnete wegwerfen. In einer tiefen Pfanne großzügig Olivenöl erhitzen, die Muscheln zugeben. Deckel drauf und ca. 8-10 Minuten warten. Öfter mal umrühren. Dann sollten die Muscheln offen sein, die, die noch ganz geschlossen sind wegwerfen, die sind schlecht!

Knoblauch und Tomate klein hacken, zu den Muscheln dazugeben. Mit Weißwein aufgießen und noch mal kurz aufkochen lassen. Salzen nur bei Bedarf, die Muscheln sind schon ziemlich salzig. Petersilie klein hacken und untermischen, Pfeffer nach Belieben drüberreiben.

Mit den gekochten Spaghetti in der Pfanne vermischen, gleich servieren!

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

09.03.03 sheelaa

Spaghetti mit Venusmuscheln II

Zutaten (für 2 Portionen)

300 g Spaghetti

500 g Tomatenstücke (Dose)

200 g Venusmuscheln (Dose)

1 Knoblauchzehe (gepresst)

1 Zwiebel (kleingeschnitten)

Basilikum

schwarzer Pfeffer

2 cl Weißwein (trocken)

Zubereitung:

Den Weißwein mit Zwiebeln und Knoblauch in einem Topf verkochen lassen. Anschließend die Tomatenstücke, Basilikum und Pfeffer dazugeben und mindestens 5 Minuten köcheln lassen. Nun die Venusmuscheln dazugeben und nochmals 5 Minuten auf kleiner Flamme gehen lassen. Abschmecken, fertig!

Nährwerte pro Portion: 633 kcal, 4,7g Fett, 6,68 % Fett aus Kalorien

Beilagen: Evtl. mit Parmesan bestreuen.

Spezialität aus Italien

Spaghetti alle Vongole

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Muschel(n) (Venusmuscheln - Vongole)

6 EL Olivenöl, kaltgepresst

1 kleine Zwiebel(n)

3 Zehe/n Knoblauch

12 Blätter Basilikum

350 g Fleischtomate(n), reife

2 Prisen Peperoncini, gemahlener (kleine scharfe Pfefferschote) oder Cayennepfeffer

Salz

400 g Nudeln (Spaghetti)

Die Venusmuscheln unter fließendem Wasser gründlich waschen. Alle Muscheln, deren Schalen geöffnet oder zerbrochen sind, wegwerfen. Die Vongole in einem Sieb gut abtropfen lassen. Die Muscheln mit einem Esslöffel Öl in einen Topf geben und zudecken.

Bei starker Hitze so lange garen, bis sich fast alle Schalen geöffnet haben (etwa 20 Minuten). Den Topf zwischendurch kräftig rütteln, damit die Vongole gleichmäßig garen. Dann in einem Sieb abtropfen lassen (den Kochsaft auffangen). Geschlossene Muscheln wegwerfen.

Die Zwiebel schälen und fein hacken. Den Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. Die Basilikumblätter, wenn nötig, waschen, trockentupfen und klein hacken.

Die Tomaten kurz mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, vierteln, dabei die Stielansätze und die Kerne entfernen. Das Fruchtfleisch klein hacken.

Das restliche Öl erhitzen. Die Zwiebel etwa 5 Minuten unter Rühren braten, den Knoblauch und das Basilikum etwa 2 Minuten mitbraten (der Knoblauch darf dabei nicht braun werden). Die Tomaten dazugeben und etwa 30 Minuten bei mittlerer Hitze zugedeckt köcheln lassen.

Den Muschelsud durch ein feines Haarsieb oder ein Tuch filtern, damit der Sand entfernt wird. Dann zur Tomatensauce gießen. Mit dem Peperoncino pikant abschmecken und bei Bedarf mit Salz würzen (das Muschelwasser ist bereits salzhaltig!).

In einem großen Topf die Spaghetti in reichlich Salzwasser "al dente", bissfest, kochen. Inzwischen die Muscheln aus ihren Schalen lösen und das Muschelfleisch noch 2 - 3 Minuten in der Tomatensauce ziehen lassen. Eine Schüssel vorwärmen.

Die Nudeln in ein Sieb gießen und gut abtropfen lassen. Dann in der vorgewärmten Servierschüssel gründlich mit der Muschelsauce vermischen.

Brennwert p. P.: 550

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

07.06.04 Jürgenhold

Venusmuscheln mit Chili und Basilikum

Zutaten für 2 Portionen

600 g Muschel(n) (Venusmuscheln)

100 ml Öl (Erdnussöl)

200 ml Hühnerbrühe / Gemüsebrühe

3 Zehe/n Knoblauch

3 Chilischote(n), rot

2 EL Chili - Paste

2 TL Sojasauce, süß

Basilikum

Zubereitung

Die Muscheln waschen und säubern. Knobi schälen und fein hacken. Öl im Wok erhitzen. Die Muscheln und den Knobi hineingeben und so lange garen, bis sich die Muscheln öffnen. Chilis waschen und in Scheiben schneiden, mit der Chilipaste und der Sojasauce unter die Muscheln rühren. Hühnerbrühe angießen und gut 3 Min. kochen. Basilikumblätter dazugeben und heiß servieren.

Dazu Basmatireis!

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

22.02.04 sundream2

Hinweis für Word

Die Sammlung ist mit **Verdana 12** geschrieben, wer eine kleinere Schriftgröße benutzt, bei dem stimmen die Seitenzahlenangaben nicht mehr, Sind aber weiterhin aktiv.

Der/die gehe bitte auf das jeweilige Verzeichnis , erst Inhaltsverzeichnis, dann Index, mit der RECHTEN Maustaste

Felder aktualisieren / gesamtes Verzeichnis aktualisieren.
Dann speichern, O K.

Montag, 31. Juli 2006

Mit freundlichen Grüßen

Hans