



www.gewuerzkarawane.de

Herzmuscheln mit Mangold

Bei allen Muschelgerichten ist bei der Auswahl der Muscheln darauf zu achten, daß sie geschlossen sind.

Vorbereitung:

Die Herzmuscheln mindestens eine Stunde in Salzwasser legen, damit sie den Sand abstoßen. Danach die Muscheln unter fließendem Wasser abspülen. Die Muscheln in einen Topf geben, mit einer viertel Tasse Sake begießen und zugedeckt bei starker Hitze dünsten, bis sich alle Schalen geöffnet haben. (Wie immer bei Muscheln: Die, die sich jetzt noch nicht geöffnet haben entfernen.) Das Muschelfleisch herausnehmen und die Brühe durch ein mit einem Küchentuch ausgelegtes Sieb in eine Schüssel seihen. Den Mangold waschen, kurz in heißem Salzwasser blanchieren, sofort danach in kaltem Wasser abschrecken und anschließend abtropfen lassen. Die Mangoldblätter in fünf Zentimeter lange Stücke schneiden.

Zubereitung:

Die Fischbrühe mit einer halben Tasse Muschelbrühe in einen Topf geben, Zucker, Mirin, Sojasauce und Salz zufügen und alles einmal aufkochen lassen. Dann den Mangold in der Brühe nochmals aufkochen lassen. Zum Schluß die Muscheln im Sud kurz erhitzen.

Servieren:

Die Muscheln mit dem Sud und dem Mangold in vier Schälchen anrichten.

Zutaten:

- 500 g frische Herzmuscheln
- 40 ml Sake
- 2 Bund Mangold
- 250 ml Fleischbrühe
- 2 TL Zucker
- 1/2 EL Mirin
- 2 EL Sojasauce
- Salz