

Moules Marinières

Dificuldade: **Média** ⌚ 20-30min

Não pode escolher melhor do que este sugestivo prato de mexilhões. Um clássico francês, rápido e simples de preparar.



Moules Marinières

Dificuldade: **Média** ⌚ 20-30min ⚡ 96° 🌀 Vapor 💧 500ml ≡ 2

Ingredientes (4 porções)

1-2 kg mexilhões

1 dente de alho bem picado

2 chalotas, finamente picadas

15 gr manteiga

1 ramo de salsa, tomilho e folhas de louro

100 ml de vinho branco

120 ml de natas

1 mão cheia de folhas de salsa picada

Preparação

Introduza 500 ml de água na gaveta da água.

Lave muito bem os mexilhões com água fria, duas ou três vezes. Retire os mexilhões que estiverem abertos ou que flutuarem, pois estão estragados.

Puxe as barbas fibrosas que saíam fora das conchas fechadas e raspe com uma faca grande qualquer casca que esteja agarrada. Lave novamente os mexilhões para remover eventuais pedaços de conchas.

Coloque os mexilhões na assadeira e cubra com o alho picado, as cebolas, a salsa, o tomilho e as folhas de louro. Adicione a pimenta, o vinho branco e as natas.

Coloque a assadeira na grelha na posição 2, e selecione a função vapor a 96°.

Coza durante 20 a 30 minutos (até as conchas abrirem).

Coloque os mexilhões em pratos ou em tigelas (que aqueceu na grelha) e sirva.

* Receita concebida para forno com função 100% Vapor.