

## Rezept des Monats Januar 2019

### Pikante Miesmuscheln

\*\*\*\*\*

Rechnen Sie mal 1 kg brutto pro Person. Meist sind die Muscheln in Kilo-Schalen verpackt. Darin sind sie schon gesäubert, gewaschen und von ihren Bärten befreit. Die Muscheln werden kurz unter fließendem kaltem Wasser noch ein paar Mal durchgerüttelt. Dabei schliessen sich viele der Muscheln, die neugierig aus ihren Schalen hervorlugen. Die auf Druck von aussen immer noch nicht geschlossenen Schalentiere sollten Sie vorsichtshalber wegwerfen; sie könnten verdorben sein. Aber Sie können auch wie ich den Riechtest machen: verdorbene Muscheln werden Sie mit Sicherheit aufspüren. Sie haben einen mehr oder weniger ausgeprägten Duft nach Verfaultem.

Mittlerweile gibt es Muscheln überall, im Fachgeschäft, im Detailhandel und sogar beim Discounter findet man sie – finde ich gut! Muscheln sind eiweisshaltig, kalorienarm und fettarm, und – nicht zu unterschätzen, aussergewöhnlich lecker!

Sie sind in allen Ozeanen der Welt anzutreffen. Hierzulande werden in der Regel holländische und französische Tiere aus Aquakultur angeboten. Wenn Sie an den Küsten selber unterwegs sind, können Sie wilde Muscheln von den Felsen kratzen und mit einem Messer öffnen. Sie sind nicht so verschlossen wie die sprichwörtliche Auster. Roh haben sie einen ausgeprägt herben, manchmal leicht bitteren Geschmack. Es hat so was ursprüngliches, selbst gesammelte Muscheln roh zu verdrücken.

Normalerweise bereite ich Muscheln mit Gemüse und Weisswein zu, so wie man das in Belgien und im Rheinland klassisch macht. Aber letztens habe ich eine Version mit scharfer Tomaten- und Peperoni-Sauce genossen. Und ich muss sagen, ich war schwer begeistert.

Dünsten Sie in einem breiten Topf in heissem Olivenöl fein gewürfelte Wurzelgemüse an: Zwiebeln, Knoblauch, Karotten, Sellerie, Lauch. Würzen Sie nur mit Pfeffer. Salz braucht es nicht extra. Die Muscheln halten Meerwasser in ihren Schalen bereit.

Lassen Sie das Ganze glasig angehen und geben Sie dann zwei ordentliche Esslöffel Tomatenpulpo dazu. Ausgerechnet bei OTTO's fanden wir Feinstes Tomatenfruchtfleisch in der Dose, von [MUTTI](#), einem Pomodoro-Spezialisten aus Parma; hat nichts mit Angela Merkel zu tun. Dann nach Belieben Peperoni-Sauce, kann auch würziges [Ajvar](#) sein, dazu, alles gut umrühren, aufkochen und mit Riesling ablöschen.

Alkohol verdampfen lassen, und die Muscheln tropfnass in den Topf kippen. Hitze auf die Hälfte reduzieren und höchstens zehn Minuten dünsten. Zwischendurch den Topf rütteln oder mit einer Kelle die Muscheln umrühren. Das Muschelfleisch sollte noch weich sein. Lieber zu kurz als zu lange dünsten.

Dazu passt ein würziger Riesling und kräftiges Baguette. – En Guete!

---