

Miesmuschelragout

Zutaten:

für 4 Personen

- 2 kg Miesmuscheln
- 3 Zwiebeln
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Zweig Thymian oder
- 2 Teelöffel getrockneter Thymian
- 250 ml trockener Weißwein
- 600g Fleischtomaten
- 2 Fenchelknollen
- Salz
- schwarzer Pfeffer gemahlen

Hier könnte Ihr Name mit Wohnort stehen. Kochen sie das Rezept nach, fotografieren sie es und schicken das Bild an fischrezepte@dstumpf.de. Das Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

Zubereitung:

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 dazu drücken. 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.