

Eingelegte Miesmuscheln (kalt serviert)

„Muscheln sind für das Meer, was Bäume für das Land sind. Sie reinigen die Ozeane, wachsen nach und lassen sich leicht kultivieren.“

— Christian F. Puglisi

- Reicht für: 2 Personen
- **Zubereitung:** 30 Minuten (vor dem Servieren im Kühlschrank kalt stellen oder einige Tage vorher zubereiten).
- **Fisch:** Miesmuscheln (aus dänischer Aquakultur in der Nordsee)



Für die Miesmuscheln

- 1 kg Miesmuscheln
- ½ Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 kleine Tomaten
- 100 ml trockener Weiß- oder Roséwein
- 1 TL Oliven- oder Sonnenblumenöl

Für die Marinade

- 150 g Apfelessig
- 2 kleine Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL geräuchertes Paprikapulver
- 1 Chili
- 2 EL natives Olivenöl
- Schwarzkümmel
- Salz

Zum Abschluss

- Petersilienblätter

Zubereitung der Miesmuscheln

- Zwiebeln, Knoblauch und Tomaten sehr grob hacken.
- Einen breiten Topf mit dickem Boden vorbereiten.
- Das Gemüse bei hoher Hitze in Öl anbraten, alle Muscheln gleichzeitig hinzufügen.
- Leicht umrühren, mit Wein abgießen, Deckel auflegen.
- 1 Minute dämpfen lassen
- Von der Herdplatte nehmen und zugedeckt 5 bis 10 Minuten ziehen lassen.
- Muscheln durch ein feines Sieb oder Tuch abgießen und Flüssigkeit auffangen.
- Zerbrochene und nicht geöffnete Muscheln aussortieren – dies ist ein Zeichen, das sie verdorben sein könnten!
- Die Miesmuscheln aus den Schalen nehmen (dazu eignet sich sehr gut eine leere Muschelschale). Falls einige noch ihren „Bart“ haben, die Haare vorsichtig herausziehen und die Muschel dabei geschlossen halten. So bleibt das Fleisch intakt.

Zubereitung der Marinade

- Die Miesmuscheln ohne Schale in die Flüssigkeit geben.
- Es empfiehlt sich, die Muscheln noch warm aus der Schale zu lösen, damit sie in der Flüssigkeit abkühlen können und nicht so sehr austrocknen.
- Falls gewünscht einige Eiswürfel hinzufügen, damit sie schneller abkühlen.
- Die Flüssigkeit noch einmal abseihen und auf die Hälfte einkochen lassen.