



Miesmuscheln (Cozze) mit Pfeffer

Die ‚mpinata e cozze‘ ist ein typisches Gericht aus der Region Neapel. Sehr einfach in der Zubereitung aber trotzdem sehr lecker im Genuss.

Mit ganz wenig Zutaten lassen sie sich als leckere Vorspeise oder als Fischhauptgang servieren.

Während des Kochens geben sie ihren eigenen Saft ab. Darin kann man frisch getoastetes Baguettebrot tunken. Nur schon bei diesem Gedanken geht ein Kopfkino ab.

Dann nichts wie los, um dieses Gericht zuzubereiten.

Zutaten für 4 Personen

Schwarzer Pfeffer nach Bedarf

2 kg Miesmuscheln (Cozze)

1 Knoblauchzehe

Olivenöl nach Bedarf

1 Bund Petersilie

Getoastete Baguettebrot

8-10 Scheiben Baguettebrot

Olivenöl nach Bedarf
Salz nach Bedarf
Knoblauchpulver nach Bedarf
Oregano-Zweig

Zubereitung

Je nachdem wo man die Miesmuscheln kauft, brauchen sie mehr oder weniger Zeit für die Reinigung. Sollte vor dem Kochen eine Muschel bereits offen sein, diese entsorgen. Frische und geniessbare Muscheln erkennt man, indem sie im ungekochten Zustand verschlossen sind. Wascht die Miesmuscheln unter fliessendem Wasser. Schaut „der Bart“ bei der Muschel raus, diesen entfernen. Unreinheiten mit Stahlwolle unter fliessendem Wasser reinigen. Kalkablagerungen auf der Muschel können mit dem Messerrücken weggekratzt werden.



Gerade Miesmuscheln sollten sehr frisch verarbeitet und gegessen werden. Falls ihr die Muscheln nicht gleich kochen werdet, besteht die Möglichkeit diese nach der Reinigung in eine Schüssel mit Wasser zu geben. Die Muscheln sollten mit dem Wasser zugedeckt sein. Nun könnt ihr die Schüssel in den Kühlschrank stellen (nicht länger als 8-10 Stunden). Oder ihr wickelt die Muscheln in ein feuchtes Tuch und stellt es ebenfalls in den Kühlschrank bis zur Verwendung (max. 8-10 Stunden).

Bevor wir mit dem Kochen der Miesmuscheln beginnen, bereiten wir die getoasteten Baguettebrotstücken zu. In eine Schüssel etwas Öl, Salz, Knoblauchpulver und Oregano geben. Wer kein Knoblauchpulver hat, nimmt eine geschälte Knoblauchzehe und legt sie ins Öl. Die Brotstücken auf ein mit Backtrennpapier belegtes Blech legen. Mit dem aromatisiertem Öl einstreichen und in den auf 200° Grad vorgeheizten Ofen schieben. Solange im Ofen lassen, bis die Brotstücken etwas Farbe bekommen. Dauert nur ein paar Minuten.

Zubereitung Miesmuscheln

In eine grosse Pfanne etwas Olivenöl und die Knoblauchzehe geben. Diese leicht goldbraun dünsten. Danach die abgetropften Miesmuscheln in die Pfanne geben und zudecken.

Solange in der Pfanne lassen, bis alle Muscheln sich öffnen.

Muscheln nicht mit einer Kelle unter einander mischen, sondern die Pfanne immer wieder schwenken.

Nachdem alle Muscheln offen sind, Pfanne abdecken und die Muscheln mit der gehackten Petersilie und viel Pfeffer bestreuen.



Die Muscheln zusammen mit den gerösteten Brotscheiben möglichst warm geniessen.

Wer mag, kann zu den Miesmuscheln auch Zitronenscheiben servieren.



www.deliziedameli.ch