



Grøn salat *med mandelpanerede muslinger og strandurter*

(2 personer – 20 min.)



Januar 2023

Ingredienser

Muslinger:

300 g blåmuslinger
Mandelmel
Olivenolie
Friskkværnet peber og havsalt

Salat:

200 g blandet salat
100 g salturt
3 håndfulde krydderurter

Dressing:

1 spsk. finthakket skalotteløg
2 spsk. citronsaft
4 spsk. olivenolie
1/2 tsk. kokossirup eller rørsukker
Friskkværnet peber og havsalt

Fremgangsmåde

Rengør muslingerne med en børste og kassér dem, som ikke lukker sig, når du banker dem mod bordkanten. Kom muslingerne i en stor gryde med 1 dl vand og lidt salt og damp dem under låg, indtil de åbner sig - det tager 2-3 minutter. Muslingerne skal kun lige åbne sig, da de skal færdigtilberedes på panden.

Ryst gryden nogle gange undervejs. Hæld muslingerne i et dørs slag og lad dem køle en smule. Kassér de muslinger - som ikke har åbnet sig.

Pil de hele muslinger ud af skallerne og læg dem på et stykke køkkenrulle.

Vend muslingerne i lidt mandelmel - bare lige så der hænger lidt ved.

Rist dem på en pande i brunet olivenolie i et par minutter - indtil de er gyldne - krydr dem med salt og peberdry. Drys dem derefter let over den grønne salat. Dryp til sidst olivenolie hen over retten.

champagnekassen

CHAMPAGNE FOR ALLE