



# Muscheln in Tomatensauce

(frz.: Moules sauce tomate)

Ein typisch provençalisches Gericht aus der Provence am Mittelmeer.

## Zutaten für 4 Personen

- 4 kg Miesmuscheln
- 4 Schalotten
- 0,2 l trockener Weißwein
- 3 EL Olivenöl
- 1 mittlere Dose Tomaten (Typ Pelati)
- 3 frische Zweige Thymian
- 1/2 Bund glatte Petersilie
- Salz, Pfeffer
- Kochgeschirr
- 1 großer Topf
- 1 Schüssel

## Vorbereitung

Petersilie waschen und fein hacken.

Die Säuberung von Muscheln ist (leider) eine aufwendige Sache. Auf Sand mag kein Feinschmecker (seit Ihr doch alle) beißen (es knirscht sonderbar). Zu allererst sollten die optisch beschädigten Muscheln entfernt werden. Eine sehr große Schüssel vorbereiten, in welche die Muscheln zugegeben werden können. Mit Wasser auffüllen. Nochmals Kontrolle nach anderem Meeresgetier. Gründlich alles vermischen und den gesamten Inhalt in ein Bassin ausschütten. Nun jede, einzelne Muschel von ihrem ‚Bart‘ entfernen (an diesen ‚Fäden‘ befestigen sie sich). Klar, viel Arbeit, muss aber sein um ein optimales Gericht entstehen zu lassen. Die Schüssel mit



allen ‚entbarteten‘ Muscheln wiederum mit Wasser auffüllen. Kräftig durchmischen (ich nehme dazu immer einen großen Kochlöffel). Kurz stehen lassen und es zeigt sich, daß Sand sich am Boden der Schüssel ablagert. Ausschütten, erneut waschen, all dies solange, bis sich am Boden der Schüssel kein Sand mehr zeigt. Es ist geschafft! Stehen lassen. Falls auffallen sollte das den Muscheln Luftblasen entweichen sollten, keine Angst, es sind immer noch lebende Kreaturen.

Die Dosentomaten durch ein Sieb seihen, den Saft für ein anderes Gericht aufbewahren.

## Zubereitung

Schalotten, Knoblauch und Tomaten fein hacken.

In heißem Öl die Schalotten und den Knoblauch kurz dünsten.  
Den Weißwein und die Thymianzweige dazugeben und um die Hälfte einreduzieren lassen.

Die tropfnassen Muscheln dazugeben und ca. 8 min bei geschlossenem Topfdeckel köcheln lassen.

Ein 3/4 der entstandenen Sudmenge in eine Schüssel abschöpfen.  
Die gehackten Tomaten dazugeben und weitere 5 min ohne Topfdeckel köcheln lassen.

Mit Salz (vorsichtig) und Pfeffer würzen. Mit gehackter Petersilie bestreuen.

## Beilagen

Ein Glas Rosé und knuspriges Baguette.

In Südfrankreich eine knusprige Fougasse?

*Guten Appetit!*