Miesmuscheln rheinischer Art ohne Alkohol

Zutaten (4 Personen):

- 4 kg Miesmuscheln (frisch)
- 2 Möhren
- 1 Knollensellerie
- 2 Gemüsezwiebeln
- 40 g Butter
- 2 Lorbeerblätter
- 5 Wacholderbeeren
- 2 Gewürznelken
- 1,5 Liter Wasser
- Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Die Muscheln in eine große Schüssel geben und mit kaltem Wasser bedeckt 20 Min. stehen lassen, damit sie sich schließen können. In der Zeit Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Sellerieknolle und Möhren putzen, waschen und würfeln.

In einem großen Topf (mind. 5 l) die Butter zerlassen, das Gemüse zufügen und unter gelegentlichem Rühren anschmoren lassen. Dann Lorbeerblätter, Wacholderbeeren, Gewürznelken und 1 l Wasser dazugeben. Alles kräftig pfeffern und salzen, aufkochen und 10 Min. köcheln lassen.

Währenddessen die Muscheln abgießen und verlesen. Hierbei beschädigte und leicht geöffnete Muscheln entfernen, da diese nicht genießbar sind. Von den übrigen Muscheln eventuell herausragende Bärte abziehen. Die Muscheln dann gründlich waschen und im Sieb abtropfen lassen. Diesen Vorgang unter Umständen so oft wiederholen, bis sich kein Sand mehr auf dem Schüsselboden sehen lässt.

Dann die Muscheln in den Sud geben und alles bei starker Hitze und geschlossenem Deckel 8 – 10 Min. kochen, bis sich die Muscheln geöffnet haben. Muscheln, die sich nicht geöffnet haben, sind ungenießbar, müssen also aussortiert und entsorgt werden. Die geöffneten Muscheln mit dem Sud und dem darin befindlichen Gemüse in 4 Schüsseln oder tiefe Teller gegeben.

Tipp:
Dazu wird Schwarzbrot oder aromatisches, frisches Graubrot mit Butter gereicht.

Nährwertangaben: 184 kcal p.P., 13 g KH p.P.