

### Ingrediënten en Recept

300 gr gekookte mosselen

Maak en beslag van:

150 gr bloem

100 ml melk

1 ei

1 tl 5 kruidenpoeder

5 of meer gedroogde chilipepertjes, héél fijn gestampt

Haal de mosselen door het beslag

en bak ze zo'n 4 minuten in wat arachide-olie

Bak in een andere pan, ook in wat arachide-olie

4 tenen knoflook, fijngenhakt

150 gr champignons, in plakjes

1/2 rode paprika, in kleine stukjes

stuk prei van 20 cm, in dunne ringen

1 grote stengel bleekselderij, in hele kleine stukje gesneden  
bosje peterselie, fijngenhakt

Voeg dit bij de gebakken mosselen

Paar schijfjes citroen er bij

Je kan het eten met brood of met friet



### Bron



**De Kookgekke Lekkerbek**

Pagina leuk gevonden · 9 oktober 2015

<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.459057510949198.1073741848.146584638863155&type=3>

**Info Martine Lycke**

310 g diepvriesmosselen ontdooien

Beslag:

150 g bloem leek me heel veel voor het aantal mosselen, gebruikt : 80 g

1 ei

1 tl 5 kruidenpoeder

Chilipoeder

Melk bijgedaan (stond origineel niet bij recept) tot vloeibaarder

Vorbereidingen:

1 rode paprika

500 g champignons

1 prei

1 takje selder (voor mij al meer dan genoeg, want heb niet graag die smaak, en het smaakte toch door, dus misschien voor mij volgende keer 1/2

3 teentjes look

Peterselie uit vriezer

Mosselen in het beslag doen een aanbakken in olijfolie.

Hier heb ik ook al wat look en peterselie toegevoegd

Als ze goed gebakken zijn, de mosselen opzij zetten

In zelfde pan de groeten garen

Lekkerst als de mosselen bij de groenten gemengd zijn.

Opgediend met rijst

---

Fotos

