

Ingrediënten en Recept

300 ml light room opwarmen met:
Gedroogde peterselie, tijm en laurier
1 vis bouillonblokje

Als room kookt diepvries mosselen en vongole toevoegen
Opgelet : niet te lang, anders worden de zeevruchten taai.

Gebruikt : ISPC
Mossel vlees DV : 4.99€/Excl.BTW/kg
Kokkel vlees gekookt DV : 17.95€/Excl.BTW/kg

Bron

Martine Lycke

14/08/2015

Fotos



Ingrediënten en Recept**Foto**

Mosselen in de microgolf gestoomd, deze waren grote
4x 5 min en ertussen telkens opschudden
Ze moeten mooi uit schelp kunnen gehaald worden,
maar niet al te veel laten garen !
in grote glazen kom met spatdeksel erop

Wat laten afkoelen en mosselen uit schelp nemen
In sap bewaren

Pasta garen

In kookpot:
200 ml room + tijm + laurier + peterselie
laten koken
+ mosselsap
+ visbouillonblokje
laten koken
+ mosselen
laten meewarmen
+ Cappelini pasta

Op bord dressereren
+ geraspte kaas
onder de grill nog een 6 tal minuten (3)



Bron

Martine Lycke

09/09/2025
