



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Muschelsuppe

Schwarzer Risotto mit Fisch

Kalmar mit Garnelenfüllung

Crema al Limone

Zutaten:

Zubereitung:

Muschelsuppe

2 EL	Olivenöl	
1 Stk.	kleine rote Zwiebel	gehackt
1 Msp.	Safranfäden	
2 Stk.	Tomaten	
1 L	Fischfond	
20 Stk.	Miesmuscheln	
4 Scheiben	Bauernbrot	getoastet
1 Zehe	Knoblauch	
1 EL	glatte Petersilie	gehackt
	Salz, Pfeffer	

Olivenöl in der Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Safran andünsten. Geschälte, entkernte und gewürfelte Tomaten, sowie Fond dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Muscheln abbürsten und Bärte entfernen. Die Muscheln in eine heisse, trockene Pfanne geben und bei hoher Temperatur erhitzen bis sich die Muscheln öffnen. Geschlossene Muscheln wegwerfen.

Das Toastbrot mit dem Knoblauch einreiben. In vier Suppenschalen je eine Scheibe Brot legen. Die Suppe darübergießen, Muscheln hineinlegen und mit Petersilie bestreuen.