



CLUB KOCHENDER MÄNNER  
4310 RHEINFELDEN

Bolinhos de Bacalhau (Stockfischkroketten)

\*\*\*\*

Filloas de Mexilòns (Pfannkuchen mit Miesmuscheln)

\*\*\*\*

Polbo ala Gallega (Tintenfisch)

\*\*\*\*

Pasteis de Nata (portugiesisches Rahmtörtchen)

## Filloas de Mexxilòns (Pfannkuchen mit Miesmuscheln)

### Für 4 Personen

1,2	kg	Miesmuscheln
80	ml	Weisswein
1,5	EL	Zwiebel gehackt
3	Stengel	Petersilie
4	Stk	Pfefferkörner

Salz, Pfeffer

70	g	Mehl
2	Stk	Eier klein
2	EL	Crème double

3	EL	Butter
---	----	--------

2	EL	Crème double
		Salz, Pfeffer

4	EL	Petersilie gehackt
---	----	--------------------

### Für die Muschelfüllung

Muscheln waschen. Die offenen wegwerfen. Bärte entfernen.

In einem grossen Topf den Wein mit den Zwiebeln, den zerdrückten Petersilienstengeln und den zerstoßenen Pfefferkörnern zum Kochen bringen.

Die Muscheln zugeben und mit geschlossenem Deckel bei grosser Hitze 3-4 Minuten garen. Zwischendurch schütteln.

Das Muschelfleisch aus der Schale lösen. Alle Muscheln, die sich nicht geöffnet haben, wegwerfen.

Die Flüssigkeit auffangen, abschmecken und abkühlen lassen.

### Für die Pfannkuchen

Das Mehl in einer Schüssel mit den Eiern, der Muschelflüssigkeit und 2 EL Crème double verrühren.

Den Teig möglichst eine Stunde stehen lassen.

In einer Pfanne 1.5 EL Butter zerlassen. Butter zum Pfannkuchenteig geben und gut unterrühren.

Weitere 0.5 EL Butter in der Pfanne zergehen lassen.

Pro Pfannkuchen ca. 1 Tasse Teig nehmen und den Teig in die Pfannenmitte laufen lassen. Pfanne schwenken, damit sich der Teig auf dem Pfannenboden verteilen kann.

Backen, bis die Unterseite goldbraun ist. Der Teig darf nicht ansetzen. Dann den Pfannkuchen umdrehen und die zweite Seite ebenfalls goldbraun backen.

Die fertigen Pfannkuchen zusammenrollen und warm stellen.

In einem Topf das Muschelfleisch mit der restlichen Crème double erhitzen, dann abschmecken.

Muscheln am Rand auf die Pfannkuchen geben, mit Petersilie bestreuen. Die Filloas zusammenrollen und sofort servieren.