



Variations sur la moule

1. Moules marinières (pour 4 pers)

- 4 kg de moules « Jumbo » de Zélande
- 4 branches de céleri vert
- 2 oignons blancs
- 50 g de beurre
- 1 feuille de laurier
- Poivre du moulin

Préparation des moules marinières

1. Epluchez les oignons, lavez les branches de céleri et émincez-les.
2. Faites fondre le beurre dans une casserole haute et faites-y fondre les légumes. Lorsqu'ils sont transparents, (pas colorés) ajoutez vos moules bien rincées, poivrez généreusement, couvrez et mettez sur un feu très vif.
3. Lorsqu'elles cuisent, vous devez les faire sauter dans la casserole pour effectuer une rotation des bestioles pour égaliser leur cuisson. Lorsqu'elles sont bien ouvertes, elles sont cuites.
4. Servez avec de bonnes frites Maison, bien croustillantes et dorées...sans oublier une « mayo » Maison.



2. Moules farcies (pour 4 pers)

- 24 grandes coquilles de moules
- 24 moules cuites (grosses)
- 4 tomates bien mûres
- 1 gousse d'ail
- 1 échalote hachée
- Huile d'olive
- 1 courgette coupée en 24 rondelles fines
- Chapelure
- Parmesan râpé
- Sel et poivre du moulin

Préparation des moules farcies

1. Emondez, épépinez les tomates et taillez-les en dés
2. Faites fondre l'échalote hachée dans l'huile d'olive
3. Lorsqu'elles sont fondues, ajoutez les dés de tomates, l'ail haché et salez et poivrez. Laissez mijoter doucement jusqu'à obtenir de la fondue !! Réservez.
4. Faites sauter rapidement vos rondelles de courgette dans un fond d'huile d'olive, salez et poivrez.
5. Lorsqu'elles sont légèrement dorées, épongez-les sur du papier absorbant et réservez.
6. Dans vos coquilles de moule bien rincées et séchées (vous pouvez les tiédir au four), disposez un fond de fondue de tomates chaude, posez une moule (que vous pouvez tiédir dans un fond de jus de moule ou de vin blanc) par-dessus et couvrez avec une tranche de courgette.
7. Saupoudrez de chapelure et de parmesan, donnez un tour de moulin à poivre et gratinez rapidement au grill très chaud.

Regardez la préparation en vidéo :

http://www.rtbf.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/actualites/article_variations-sur-la-moule?id=8092484&emissionId=5931