



Entrées chaudes aux produits de la mer

Brochettes de moules



30 min 15 min 15 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

151

CALORIES

Étape 1

Pré-cuisson des moules

- 1 Eplucher et émincer l'oignon, le poireau et le céleri.
- 2 Les faire dorer dans un faitout avec l'huile d'olive, verser le vin blanc.
- 3 Ajouter les moules et remuer vivement. Les ouvrir à feu vif et à couvert, pendant 5 à 10 minutes.
- 4 Laisser refroidir les moules et les décoquiller.

Étape 2

Friture

- 1 Embrocher les moules sur les piques, 3 par 3.
- 2 Battre l'oeuf avec le sel dans un bol, étaler la chapelure sur une assiette plate.
- 3 Passer les brochettes dans l'oeuf battu, puis dans la chapelure.
- 4 Frire 5 minutes à peine dans un bain d'huile très chaude.

Étape 3

Dressage

- 1 Une fois les brochettes cuites, les débarrasser sur une

Ingrédients
pour **4** personnes

Ingrédients pour les moules

24 unité(s) entière(s)
Moules

Ingrédients pour la pré-cuisson

1 **Oignon(s)**
1 tige(s) **Céleri-Branche**
1 **Poireau**
1 verre(s) **Vin blanc**
1 c. à soupe **Huile d'olive**

Ingrédients pour la friture

1 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
5 c. à soupe **Chapelure**
1 **Sel**
50 cl **Huile pour friture**

assiette de service.

- 2 Servir les brochettes encore croustillantes en entrée.