



Fruits de mer

Moules marinières



40 min 30 min 10 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISON

0

REPOS

513

CALORIES

Ingrédients
pour **4** personnes

Ingrédients pour les moules marinières

2 litre(s) **Moules**
1 **Oignon(s)**
2 **Echalote(s)**
2 verre(s) **Vin blanc**
30 g **Beurre**
1 branche(s) **Thym**
1 feuille(s) **Laurier**
1 botte(s) **Persil plat**

Étape 1

Cuisson des moules

- 1 Nettoyer les moules, les gratter à l'aide d'un petit couteau si nécessaire afin d'enlever ce qui n'est pas comestible.
- 2 Eplucher et ciseler finement l'oignon et les échalotes.
- 3 Faire fondre le beurre dans une casserole ou une petite marmite et ajouter l'oignon et les échalotes ciselés.
- 4 Laisser les dorer quelques minutes à feu doux, ils doivent être translucides.
- 5 Ajouter les moules nettoyées, le thym et le laurier.
- 6 Mouiller avec le vin blanc, mélanger et couvrir pendant 5 minutes sur feu vif.
- 7 Ciseler le persil.
- 8 Enlever le couvercle, remuer les moules énergiquement et parsemer de persil ciselé.
- 9 Les moules sont cuites quand elles sont ouvertes, ne pas consommer celles qui ne sont pas ouvertes.

Étape 2

Dressage

Dresser les moules dans des assiettes. décorer avec

1 des branches de persil et servir.