



Fruits de mer

Moules au cidre



25 min 15 min 10 min **0** **445**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les moules

2 kg **Moules**
30 cl **Cidre brut**
25 g **Beurre**
25 cl **Crème liquide (fleurette)**
2 **Echalote(s)**
2 **Gousse(s) d'ail**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

3 branche(s) **Persil frisé**

Étape 1

Préparation des moules

- 1 Mettre les moules dans une passoire, les laver sous l'eau froide. Gratter les coquilles à l'aide d'un couteau d'office.
- 2 Peler les échalotes et les ciseler finement à l'aide d'un couteau éminceur. Peler les gousses d'ail et les écraser à l'aide d'un presse-ail.
- 3 Faire fondre le beurre dans un faitout, faire dorer les échalotes jusqu'à ce qu'elles soient fondantes. Ajouter l'ail et remuer à l'aide d'une cuillère en bois.
- 4 Ajouter les moules d'un seul coup et remuer vivement. Couvrir et porter sur feu vif pendant 2 minutes.
- 5 Verser le cidre et mélanger. Couvrir et laisser réduire pendant 3 minutes sur feu moyen.
- 6 Saler, poivrer et verser la crème. Remuer à l'aide d'une cuillère en bois pour que les moules soient bien imprégnées de crème.

Étape 2

Dressage

- 1 Hacher finement le persil à l'aide d'un couteau éminceur.

- 2 Dresser les moules dans de grandes assiettes individuelles, les napper de sauce et les parsemer de persil haché.
- 3 Déguster bien chaud.