

Pasta med muslinger



Pasta med muslinger

Alle elsker pasta! Så hvorfor ikke prøve en version med blåmuslinger?

Denne ret er billig, men blæret og super bæredygtig!

Sådan gør du

Start med at rense muslingerne; skyl dem i koldt vand og fjern skægget. Undervejs tjekker du at muslingerne er levende. De skal være lukkede. Bank åbne muslinger let mod køkkenbordet og se om de lukker sig i løbet af et par minutter. Gør de ikke det, skal de kasseres. Det samme gælder muslinger hvor skallen er knust. Ud med dem.

Sæt en gryde over højt blus med hvidvin og vand i bunden. Når det koger smider du alle muslingerne i gryden og lægger låg på. De skal dampe indtil de har åbnet sig, det tager typisk 4-5 minutter. Ryst gryden let undervejs for at fordele muslingerne rundt i gryden. Si muslingerne, men gem væden. Den er en vigtig del af sovsen. Nu skal alle muslingerne pilles ud af skallerne. Det tager lidt tid, men det gør retten meget lettere at spise. Gem evt. et par skaller til pynt.

Sæt en gryde på middel varme og tilsæt finthakket porre og hvidløg. Tilsæt også guleroden skåret i små tern. Efter et par minutter tilsættes tomaterne i tern samt muslingesaften, fløde chilliflager og citronskal. Mens det småkoger sættes pastaen over.

Sluk for sovsen og tilsæt persille og blåmuslinger inden det hele blandes sammen med den varme pasta. Server straks.

Det skal du bruge

1,5 kg blåmuslinger
400 g spaghetti
200 g tomater
2 spsk olivenolie
2 fed hvidløg
2 dl hvidvin
1 dl vand
1 dl fløde
1 tsk chilliflager
Skal af 1 citron
1 stor gulerod
½ porre