

Mušle na páře



Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 5min
Celkový čas: 20min , Porce: 3

184 kalorií , 0 g cukrů , 20 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/musle-na-pare>

Příprava

Slávky důkladně očistěte, propláchněte pod tekoucí studenou vodou a vydrhněte kartáčkem. Vousky, které z nich někdy vykukují, odřízněte, prasklé nebo otevřené mušle vyhodte. Do hrnce nalijte vodu, aby sahala maximálně 2 cm do výšky, a zapněte vařič na vyšší teplotu. Přidejte větší špetku mořské soli, bobkové listy a postupně i slávky. Přiklopte a 4-5 minut duste (většina muší musí být otevřená). Po uvaření slujte přebytečnou vodu a neotevřené slávky vyhodte. Olej smíchejte s jemně nasekanou petrželkou, šťávou z citrónu, špetkou soli a pepře. Uvařené slávky ochuceným olejem pokapejte a ihned, třeba s plátkem pečiva, podávejte.



Tip k receptu

Slávky by měly příjemně vonět po moři a hlavně musí být zavřené. Otevřené vyhodte, protože to znamená, že jsou již mrtvé, můžou být zkažené a vám z nich pak může být pěkně zle.



Ingredience

- ✓ 1 kg slávek (slávka jedlá)
- ✓ 2 bobkové listy
- ✓ trocha mořské soli a pepře
- ✓ voda dle potřeby
- ✓ 3 lžice extra panenského olivového oleje
- ✓ 1 snítka čerstvé hladkolisté petrželky
- ✓ šťáva z 1/2 citrónu

Kategorie

Španělská, Celoročně, Ryby a dary moře, Něco extra, Labužník, Párty občerstvení, Ostatní