

Vadehavet kan spises

- Blåmuslinger

Blåmuslingesuppe

Til 4 personer

Ingredienser:

1 kg blåmuslinger
2 løg
2 gulerødder
2 spsk. koldpresset rapsolie
2 dl koldpresset æblemost
salt og peber
Evt. 1 dl fløde

Groft brød

Tilberedning:

- Skyl muslingerne i koldt rindende vand i en balje eller direkte i vasken
- Rør lidt hårdt rundt i muslingerne med hånden, og tjek derefter, om eventuelt åbne muslinger er levende, ved at give dem et lille gok ned i bordet
- Kassér muslinger, der ikke lukker sig eller har ødelagt skal
- Skrub muslingerne rene med en svamp eller en lille kniv
- Hæld vandet fra muslingerne
- Snit løg og gulerødder i tern på ca. 1 cm
- Steg løg og gulerødder i olie i en gryde, til de er klare
- Kom muslingerne i gryden, og hæld most på
- Lad det koge under låg i ca. 3-5 minutter indtil muslingerne har åbnet sig
- Muslinger, der ikke har åbnet sig, tages fra og kasseres
- Krydr suppen med salt og peber
- Tilsæt evt. lidt fløde
- Server med groft brød.

