

## Λιγκουίσι με μύδια αγουιστά και φινόκιο



Ο μόνος μπέλας είναι το

καθάρισμα των μυδιών. Αλλά το αποτέλεσμα αξίζει και με το παραπάνω...

### Υλικά

- 500 γρ. λιγκουίσι ή άλλα ζυμαρικά της αρεσκείας μας
- 1 φρέσκα κιλό μύδια (με το κέλυφος)
- 1 φινόκιο, καθαρισμένο και κομμένο σε ψιλά καρέ
- 1 σκελίδα σκόρδου, λιωμένη
- 1 κρεμμυδάκι φρέσκο, ψιλοκομμένο
- 50 ml ελαιόλαδο + λίγο επιπλέον για το γαρνίρισμα
- 150 ml λευκό, ξηρό κρασί
- αλάτι, πιπέρι φρεσκοτριμμένο
- μαϊντανός ψιλοκομμένος για το γαρνίρισμα

Μερίδες 4

Προετοιμασία 30΄ Μαγείρεμα 10΄

### Διαδικασία

Ιδανικά παίρνουμε μύδια που δεν έχουν πολλές ακαθαρσίες πάνω στο κέλυφος τους, ώστε να μη μας ταλαιπωρήσουν πολύ στο καθάρισμα. Τρίβουμε τα κελύφη με το σύρμα της κουζίνας ή με μια μεταλλική βούρτσα (που βρίσκουμε σε μαγαζιά με εργαλεία και χρωματοπωλεία) για να απομακρύνουμε τις ακαθαρσίες. Με μια

απότομη κίνηση αφαιρούμε το βύσσο («γένι») που εξέχει από κάθε μύδι και τα πλένουμε πολύ καλά κάτω από τρεχούμενο νερό.

Σε μια φαρδιά κατσαρόλα σοτάρουμε σε μέτρια φωτιά στο ελαιόλαδο το κρεμμύδι και το φινόκιο, για 2-3 λεπτά. Ρίχνουμε το σκόρδο, τα μύδια και το κρασί, δυναμώνουμε τη φωτιά και, μόλις πάρει βράση το υγρό, καπακώνουμε αμέσως και αχνίζουμε τα μύδια σε δυνατή φωτιά για 4-5 λεπτά ώστε να ανοίξουν. Σείουμε την κατσαρόλα πότε-πότε. Ξεσκεπάζουμε και πετάμε όσα μύδια δεν έχουν ανοίξει. Αφήνουμε την κατσαρόλα στη φωτιά και προσθέτουμε τα ζυμαρικά που έχουμε στο μεταξύ βράσει (σε μπόλικο αλατισμένο νερό για 2 λεπτά λιγότερο από ό,τι λένε οι οδηγίες της συσκευασίας) και σουρώσει. Ανακατεύουμε προσεχτικά για 2-3 λεπτά, ώστε να πιουν τα ζυμαρικά μέρος από το νόστιμο υγρό των μυδιών. Προσθέτουμε αλάτι (αν χρειάζεται) και σερβίρουμε. Γαρνίρουμε με λίγο ωμό ελαιόλαδο, μπόλικο μαϊντανό και φρεσκοτριμμένο πιπέρι.

Συνταγή: ΚΛΕΟΜΕΝΗΣ ΖΟΥΡΝΑΤΖΗΣ

**Πηγή:** [gastronomos.gr](http://gastronomos.gr)