10 Μαρτίου 2014

Μύδια αχνιστά με σκόρδο και μπίρα

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Food Styling: Elena Jeffrey

Μια συνταγή για μύδια αχνιστά που προτιμά την μπίρα από το κρασί. Αλάτι δεν θα χρειαστείτε γιατί τα μύδια έχουν τη θάλασσα μέσα τους, αλλά και η μπίρα έχει την αλμύρα της επίσης…

από τη Νίκη Μηταρέα

Υλικά για 4 άτομα:

- 4 δωδεκάδες μύδια φρέσκα
- 4 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένες
- 2 κουτάκια μικρά μπίρα
- 2 κρεμμύδια κόκκινα, ψιλοκομμένα
- 2-3 πιπεριές τσίλι
- 1 φλιτζάνι ελαιόλαδο
- 1 ματσάκι βασιλικό ή μαϊντανό αν προτιμάτε
- πιπέρι φρεσκοτριμμένο

Ζεσταίνετε το ελαιόλαδο σε βαθιά κατσαρόλα και σοτάρετε ελαφρά το κρεμμύδι και το σκόρδο. Ρίχνετε τα μύδια, αλάτι, πιπέρι και τσίλι, ανακατεύετε απαλά και προσθέτετε την μπίρα και το βασιλικό ή τον μαϊντανό.
Σκεπάζετε την κατσαρόλα και μαγειρεύετε σε μέτρια φωτιά για 7 λεπτά μέχρι να ανοίξουν τα μύδια.
Σερβίρετε τα μύδια σε βαθύ μπολ με το ζουμί τους, παρέα με μπόλικο ψωμί.

Πηγή: protothema.gr