24 Νοεμβρίου 2014

Μύδια αχνιστά με σκόρδο και μπίρα

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Food Styling: Elena Jeffrey

- **Μερίδες :** 4
- **Χρόνος προετοιμασίας :** 30m
- **Χρόνος ψησίματος :** 10m
- **Έτοιμο σε :** 40m

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...

Υλικά

- 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

Διαδικασία

Βήμα 1

Ζεσταίνετε το ελαιόλαδο σε βαθιά κατσαρόλα και σοτάρετε ελαφρά το κρεμμύδι και το σκόρδο.

Βήμα 2

Ρίχνετε τα μύδια, αλάτι, πιπέρι και τσίλι, ανακατεύετε απαλά και προσθέτετε την μπίρα και το βασιλικό ή τον μαϊντανό.

Βήμα 3

Σκεπάζετε την κατσαρόλα και μαγειρεύετε σε μέτρια φωτιά για 7 λεπτά μέχρι να ανοίξουν τα μύδια.

Βήμα 4

Σερβίρετε τα μύδια σε βαθύ μπολ με το ζουμί τους, παρέα με μπόλικο ψωμί.

Συνταγή : Νίκη Μηταρέα

Πηγή: olivemagazine.gr