

20 Απριλίου 2015

Μύδια με πράσινη πιπεριά και μουστάρδα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



ΥΛΙΚΑ

- 3 κ.σ. μουστάρδα Mild Hellmann's
- 200 γρ. Μύδια ψίχα
- 4 ντομάτες
- 100 γρ. φέτα κομμένη σε κυβάκια
- 1/2 πράσινη πιπεριά ψιλοκομμένη
- 40 ml. ελαιόλαδο
- Αλάτι κατά βούληση
- Φρεσκοτριμμένο πιπέρι κατά βούληση

- Χρόνος Προετοιμασίας
- 20 λεπτά
- Βαθμός Δυσκολίας
- Εύκολη
- Αριθμός ατόμων
- 2 άτομα

Σε ένα τηγάνι ρίχνουμε το ελαιόλαδο και σωτάρουμε τα μύδια μαζί με την πιπεριά.

Προσθέτουμε το αλατοπίπερο και συνεχίζουμε το σωτάρισμα έως ότου πάρουν χρώμα. Προσθέτουμε ½ ποτήρι του κρασιού νερό και συνεχίζουμε το μαγείρεμά τους. Στη συνέχεια, ρίχνουμε τη μουστάρδα και ανακατεύουμε έως ότου αρχίζει να δένει η σάλτσα.

Προσθέτουμε και τη φέτα και συνεχίζουμε για λίγο ακόμα το μαγείρεμα έως ότου η φέτα να λιώσει ελαφρά.

Αν νηστεύουμε, παραλείπουμε την φέτα.

Μπορούμε να σβήσουμε με ούζο για περισσότερα αρώματα καθώς και να προσθέσουμε και λίγο μπούκοβο. Η πιπεριά που χρησιμοποιούμε να είναι κέρατο για πιο πικάντικη γεύση.

Πηγή: cookbox.com.cy