

# NFZ-REZEPT

Zutaten:  
2 kg Miesmuscheln  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
Butter  
Weisswein  
  
1 Zwiebel  
etwas Butter  
1 Rüebli  
1 Kartoffel (mittlere Grösse)  
½ Peperoni rot  
½ Peperoni orange  
2 dl Weisswein  
2 dl Gemüsebouillon  
Curry  
Meersalz  
Safranfäden  
Frühlingszwiebel etwas Grün  
Zitronensaft von einer  
mittleren Zitrone  
Rahm  
Schlagrahm  
Schnittlauch

Vor- und  
Zubereitung:  
ca. 30 Minuten

## Muschelragout

Für 4 Personen als Vorspeise

Rüebli, Kartoffel sowie die Peperonis klein würfeln. Die Zwiebeln klein schneiden und in der Butter andünsten, Rüebli und Kartoffel zugeben. Mit Weisswein und Bouillon ablöschen und ca. 15 Minuten köcheln. Anschliessend pürieren und durch ein Sieb streichen, zurück in die Pfanne geben. Mit dem Curry, dem Meersalz würzen und den Zitronensaft hinzufügen. Einige Safranfäden dazugeben, mit Rahm verfeinern und die Peperoni hinzufügen. Am Schluss noch mit dem Schlagrahm verfeinern damit die Sauce schön schaumig wird. Die geschnittenen Frühlingszwiebeln begeben.

Die Miesmuscheln waschen und den Bart entfernen. Die Zwiebel klein schneiden und in der Butter andünsten. Mit Weisswein ablöschen. Die Miesmuscheln begeben und cirka 5 bis 7 Minuten köcheln. Die Muscheln aus der Schale lösen und in die Sauce geben, die geschlossenen Muscheln wegwerfen, diese sind ungeniessbar. Am Schluss noch mit Schnittlauch dekorieren.



Die Neue Fricktaler Zeitung wünscht en Guete.

**TSCHANNEN**  
FLEISCH & WURSTWAREN

[info@tschannen-metzg.ch](mailto:info@tschannen-metzg.ch)  
[www.tschannen-metzg.ch](http://www.tschannen-metzg.ch)  
Tel. 061 841 13 10 • 4312 Magden

**Wienerli**  
Eigenprodukt, 100g

Fr. 1.98 statt Fr. 2.40

**Rauchwurst**  
Eigenprodukt, 100g

Fr. 2.08 statt Fr. 2.60

**Schweins-Rippli-Nierstück**  
Eigenprodukt, 100g

Fr. 3.24 statt Fr. 4.05

**Schweins-Koteletten**  
Schweiz, 100g

Fr. 2.08 statt Fr. 2.60

**Aktion**

Gültig vom  
23. Okt.  
bis 3. Nov.



SCHWEIZER FLEISCH  
Alles andere ist Delikat.

Senden Sie uns Ihr bestes Rezept

Sie kochen gerne mit frischen Zutaten und möchten Ihr Lieblingsrezept anderen Menschen präsentieren? Dann sind Sie bei uns richtig. Schicken Sie uns Ihr Rezept mit einem Bild an [redaktion@nfz.ch](mailto:redaktion@nfz.ch)

**NEUE FRICKTALER ZEITUNG**

**FRICKTALER  
MEDIEN AG**