

## MIESE - ASIA - Muscheln mit Jasminreis

Muscheln im Dampf zubereitet sind ein Gedicht. Die ideale Dampftemperatur ist dabei 85°C!

Wir bereiten heute die Miesmuschel mit fruchtigem Curry, Kokosmilch, knackigem Gemüse und Jasminreis gleichzeitig zu!



### **Rezeptur/Einkaufsliste**

für 4 Personen

#### Muschel:

2 kg Miesmuscheln

#### Muschelfond:

400 ml Kokosmilch (Dose)

1 Stk Karotte

1 Stk gelbe Rübe oder Karotte

1/2 Stange Lauch

1/2 Stk Sellerie

2 Stk Knoblauchzehe

4 EL Sojasauce

etwas Chili

Gewürzmischung\*

1 TL Fisch & Salat Zitronenpfeffer\*

1 TL Asia Wok mild\*

#### Jasminreis:

1 Tasse Jasminreis oder Basmatireis

1 1/2 Tassen Wasser

Salz

#### Asia-Gemüse:

100 GR Erbsenschoten

100 GR Mungobohnen/Sojasprossen

100 GR Maiskölbchen frisch

1 Stk Rote Paprikaschote

#### Dekoration:

4 EL gehackter Petersilie

oder grüner Koriander

## **Zubereitung & Ablauf:**

### Muschelfond:

- Für den Muschelfond Gemüse und Knoblauch in Stücke schneiden.
- In einen Behälter oder in der tiefen Auflaufpfanne das Gemüse mit den Gewürzen, Kokosmilch, Sojasoße und Chili geben.



### Jasminreis:

- Reis in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen.
- Reis mit Wasser und Salz in ein Glaskochgeschirr geben.
- Blech mit Muschelfond und Jasminreis im Glas in den Kombi-MULTI-Dampfgarer geben.
- Mit der Ofenfunktion Vital Dampf oder Dämpfen 95° C 30 Minuten garen.
- Muscheln sauber Waschen.
- Die Muscheln in den heißen Fond geben und verteilen.
- Das in Streifen geschnittene Asia-Gemüse auf den Muscheln verteilen. Nun alles nochmals mit der Ofenfunktion Vital Dampf oder Dämpfen 85°C 15 Minuten Garen.
- -Miese-ASIA-Muscheln im tiefen Blech mit Gemüse und Fond gut durchrühren.



### Anrichten:

- Mit einer Schöpfkelle Muscheln mit Fond in einem Suppenteller geben.
- Jasminreis dazugeben und mit Petersilie bestreuen.

### Tipp:

Mit der Sonderfunktion "Warmhalten" können die restlichen Muscheln und Reis bis zum Verzehr auf Temperatur gehalten werden.