

Rezept

Grünschalenmuscheln mit Tomatensauce (Hoy Mäng Bpuh Sai Sauce Maküathed)

Ein Rezept von Grünschalenmuscheln mit Tomatensauce (Hoy Mäng Bpuh Sai Sauce Maküathed), am 09.06.2026

Zutaten

1 kg frische Grünschalenmuscheln (ersatzweise Miesmuscheln)	5 Knoblauchzehen
1 Bund Thai-Basilikum	1 TL schwarze Pfefferkörner
4 EL Tomatenketchup	3 EL Öl
1/2 TL Palmzucker	2 EL Reisessig
	2 EL Austernsauce

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 155 kcal

Zubereitung

1. Die Muscheln gründlich sauber bürsten, kalt waschen und gut abtropfen lassen. Geöffnete Muscheln aussortieren und wegwerfen. Den Knoblauch schälen und fein hacken, die Pfefferkörner im Mörser grob zerstoßen und beiseitestellen.
2. Basilikum waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und beiseitelegen. Das Öl im Wok erhitzen, den Knoblauch darin braten, bis er zu duften beginnt. Tomatenketchup, Reisessig, 2 EL Wasser und den Palmzucker dazugeben und aufkochen.
3. Die Grünschalenmuscheln und die Austernsauce zugeben und bei großer Hitze unter Rühren wieder aufkochen. Die Muscheln zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. braten, bis sie sich öffnen. Die Basilikumblätter hinzufügen und alle Zutaten mit dem Holzspatel verrühren. Muscheln, die sich beim Garen nicht geöffnet haben, aussortieren und wegwerfen.
4. Die Muscheln auf einer großen Platte anrichten. Das Gericht mit dem grob zerstoßenen Pfeffer bestreuen und servieren. Die Glasnudeln mit Eiern schmecken fein zu den Muscheln.