

Rezept

Safrannudeln mit Miesmuscheln

Ein Rezept von Safrannudeln mit Miesmuscheln, am 25.04.2024

Zutaten

500 g küchenfertige Miesmuscheln	2 Stangen Staudensellerie
1 große Möhre	1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe	5 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer
100 ml trockener Wermut (z. B. Noilly Prat; ersatzweise Fischfond aus dem Glas)	1 Zweig Thymian
	½ Lorbeerblatt
250 g Linguine	Salz
1 Dose Safran (0,1 g)	5 Stängel Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 770 kcal, 29 g F, 20 g EW, 96 g KH

Zubereitung

1. Muscheln in kaltem Wasser gründlich sauber bürsten, »Bärte«, Kalkreste und andere Ablagerungen mit einem Messer abkratzen. Nochmals gründlich durchspülen, geöffnete Exemplare wegwerfen.
2. Selleriestangen waschen, längs dritteln und in ca. 5 mm große Stücke schneiden. Möhre schälen und putzen und 4 mm groß würfeln. Zwiebel schälen und fein würfeln, Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Olivenöl in einer großen Pfanne mit hohem Rand erhitzen, darin Zwiebel goldgelb dünsten. Möhre, Sellerie und Knoblauch zugeben und unter Rühren bei mittlerer Hitze ca. 2 Min. mitdünsten, salzen und pfeffern.
3. Temperatur erhöhen, Muscheln zugeben und 1-2 Min. bei großer Hitze unter Rühren braten. Mit Wermut oder Fond ablöschen, Thymian kalt abrausen und mit Lorbeerblatt zugeben. Zugedeckt 5-8 Min. bei mittlerer Hitze garen, bis die Muscheln sich geöffnet haben. Gleichzeitig Nudelwasser aufsetzen und Linguine nach Packungsanweisung in Salzwasser gerade bissfest garen.
4. Während die Nudeln garen, Pfanneninhalt in ein Sieb abgießen, dabei Garsud auffangen und zurück in die Pfanne geben. Safran fein zerbröseln, mit 5 EL Nudelkochwasser unterrühren und den Sud bei großer Hitze 2-3 Min. einkochen lassen. Währenddessen einen Großteil der Muscheln aus den Schalen lösen, geschlossene Exemplare wegwerfen. Lorbeerblatt und Thymian aus dem Gemüse fischen.
5. Nudeln in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Mit ausgelösten Muscheln und Gemüse unter den Safransud mischen und bei kleiner Hitze 1-2 Min. ziehen lassen, dabei mehrmals durchmischen. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und mit den Muscheln in den Schalen unterheben, sofort servieren.