

Rezept

Überbackene Miesmuscheln

Ein Rezept von Überbackene Miesmuscheln, am 28.06.2026

Zutaten

1 kg Miesmuscheln	Salz
1 Bund Petersilie	2 Eier
80 g Semmelbrösel	3 EL frisch geriebener Pecorino
Pfeffer	2 Tomaten
1 getrockneter Peperoncino	1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl	

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal

Zubereitung

1. Die Muscheln unter fließendem kaltem Wasser waschen. Geöffnete Muscheln wegwerfen. In einem Topf ca. 3 cm hoch Wasser zum Kochen bringen und salzen. Die Muscheln hineinwerfen und den Deckel auflegen. Muscheln bei starker Hitze etwa 5 Min. kochen. Sie sollen sich dabei öffnen. Geschlossene Muscheln wegwerfen.
2. Den Backofen auf 250° (Umluft 220°) vorheizen. Die leeren Schalenhälften ablösen und wegwerfen. Die übrigen Muscheln in der Schale nebeneinander in eine ofenfeste Form oder auf das Backblech legen.
3. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und sehr fein hacken. Mit den Eiern, den Semmelbröseln und dem Käse verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tomaten waschen und ohne Stielansatz würfeln. Peperoncino zerkrümeln. Den Knoblauch schälen und grob hacken. Die Tomaten mit Peperoncino und Knoblauch in der Küchenmaschine pürieren, mit dem Öl mischen und mit Salz abschmecken.
4. Die Eiermasse auf den Muscheln verteilen. Jeweils etwas Tomatensauce daraufgeben. Die Muscheln in den heißen Ofen (Mitte) schieben und etwa 5 Min. überbacken.