Mejillones a las Hierbas

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Sara Barroso **Recetizador:** karmela



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Aperitivo
Tipo de cocina: Baja en calorías
Otros: Cocina Creativa
Coste: Económico

El truco de esta receta:
Utilizar vino Ribeiro o Albariño.

Descripción:
Los mejillones son una gran fuente de yodo que ayuda a fortalecer el cabello y las uñas.

Ingredientes para 6 personas :

- 2 K de Mejillones
- 2 Cebolla
- 1 Yemas de Huevo
- 150 ml de Vino Blanco
- 350 ml de Nata Líquida
- 2 cucharadas de Aceite de Oliva
- 5 cucharaditas de Hierbas Aromáticas picadas
- 1 ramito de Hierbas Aromáticas
- Pimienta en grano
- Sal

Preparación:

Paso 1

Limpiamos bien los mejillones rascando la cascara para quitar las barbas. Los pasamos por agua y los escurrimos.

Paso 2

En un cazo ponemos a calentar la nata, cuando esté caliente la retiramos del fuego y le ponemos 3 cucharaditas de hierbas aromáticas picadas y una cudarada de pimienta en grano. Lo tapamos y dejamos reposar para que infusione.

Paso 3

En una cazuela calentamos el aceite y ponemos la cebolla picada a rehogar. Cuando se haya rehogado incorporamos el vino blanco, el ramillete de hierbas aromáticas y una cucharadita de pimienta en grano. Dejamos cocer a fuego suave durante 5 minutos y agregamos los mejillones. Tapamos y vigilamos para ir sacando los mejillones a medida que se abran.

Paso 4

Colamos 5 cucharadas del jugo de cocer los mejillones y lo añadimos junto con la yema de huevo a la infusión de nata que tenemos reservada. Lo cocinamos a fuego suave batiendo con las varillas. Rectificamos de sal y lo vertemos por encima de los mejillones. Pra finalizar espolvoreamos por encima con el resto de las hierbas aromáticas.