

Musclos calents



Ingrédients pour 4 personnes:

- 1,5 Kg de Moules.
- 1 Oignon moyen.
- 50 ml de Vin blanc très sec.
- 8 filets d'Anchois à l'huile.
- 1 Poivron vert.
- 1 Poivron rouge.
- 2 Tomates de pleine terre.
- 8 gousses d'Ail
- 1 cuil. à soupe d'Huile d'Olive Extra Vierge *OLEUM NATURALE*.
- 1 cuil. à café Paprika doux.
- 4 pincées de Piment de Cayenne.
- 2 pincées de Paprika fumé.

Préparation:

- Nettoyer et laver les moules.
- Dans une grande casserole, les faire ouvrir à sec.
- Retirer les coques (laisser celles qui ne sont pas ouvertes) et réserver-les.
- Laver, éplucher et évider les poivrons, couper-les en deux dans le sens de la longueur.
- S'ils sont longs, recouper-les en deux puis tailler-les en lanières.
- Peler et hacher l'ail.
- Peler et émincer l'oignon.
- Peler les tomates et tailler les grossièrement.
- Dans une sauteuse, faire chauffer l'huile.
- Pendant que l'huile chauffe, couper les anchois en morceaux.
- Faire revenir à feu vif les poivrons avec les oignons pendant environ 2 à 3 minutes en remuant de temps en temps.
- Ajouter les moules, les tomates, les anchois, le paprika, le vin blanc, le piment, l'ail et mélanger.
- Couvrir et faire cuire à feu vif pendant 2 minutes.
- Retirer le couvercle et poursuivre la cuisson à feu moyen-vif pendant 6 minutes.
- Servir accompagné de riz du delta de l'Ebre que vous aurez fait cuire en même temps.