

Jakobsmuscheltopf mit Kefen, Wildreis und Kräutern Ein Essen mit lauter guten Eigenschaften!

La Mise en Place:

1 Hdv. Kräuter (z. B. Rosmarin, Oregano), 12 Jakobsmuscheln, Pfeffermühle, 150 g Kefen, 120 g Wild- oder roter Reis, 3 dl Bouillon, Butter, Kräuterbutter

Die Vorbereitung:

Kräuter fein schneiden und die Jakobsmuscheln mit Pfeffer bestreuen.

Die Zubereitung am Herd:

Kefen über Dampf in vier Minuten knackig garen und kalt spülen. Die Kefen erst längs und dann ein Mal quer schneiden (das schaut einfach hübscher aus).

Reis in Bouillon in 35 Minuten al dente kochen. In der Bratpfanne Butter schmelzen und darin die Jakobsmuscheln auf den Punkt braten. Den Reis und die Kefen dazu geben.

Die Vollendung:

Mit Pfeffer und den Kräutern bestreuen und Kräuterbutter einrühren – himmlisch!

