Smålandskräftan

Moule à la crème

Den här rätten är unik. I just den här formen har vi lagt färska blåmusslor, noga utvalda och kontrollerade, fyllt på med ett friskt vin med hög syra, färsk grädde, vatten, fint skurna grönsaker, salt och svartpeppar, inget mer! Formen har vi sedan förslutit genom att använda en plastfilm med ventil. Därefter har vi tillagat musslorna. Genom den lilla ventilen släpps syret ut och vi har en fantastisk rätt som det bara återstår ett par minuter av tills den är helt klar att servera.

Moule à la crème, färska blåmusslor kokta i vitt vin och grädde.

Ingredienser
Färska BLÅMUSSLOR *(Mytilus edulis)* vatten, vitt vin, GRÄDDE, gul lök, fänkål, vitlök, morot, havssalt, persilja och svartpeppar.
Allergener skrivna i VERSALER.

Till 100g färdig vara har använts 49g färska BLÅMUSSLOR.

Förvaring
Kylvara, förvaras i högst +4°C.

Tillagningssätt
Slutför tillagningen genom att värma formen på full effekt i mikrovågsugn tills ventilen börjar pipa. Det brukar ta ungefär 3,5-4 minuter beroende på ugn. Låt den pipa i ca 10 sekunder innan förpackningen plockas ut.

Källsortering
Kartongen sorteras som pappersförpackning, formen och filmen som plast

CERTIFIERAT HÅLLBART FISKE MSC www.msc.org/se
MSC-C-54527



Näringsvärde per 100g:

Energi	202kJ/48 kcal
Fett	2,8g
Varav mättat	1,7g
Kolhydrat	2,7g
Varav Sockerarter	0,65g
Protein	3,1g
Salt	1,3g

Nettovikt/frp
670g varav 330g Blåmusslor

7 350046 101104

DELIKATESSER FRÅN HAV & SJÖ

Smålandskräftan AB, Bockängsgatan 6, 571 38 Nässjö
Web: www.smalandskraftan.se E-post: info@smalandskraftan.se Tel: 0381-740 10