



## Moules-frites ...

*... oder Geniessen auf Belgisch ...*

**Zutaten:** für 2 Seebären und 1 Mannekin Pis  
3 kg frische Miesmuscheln (vom Fischhändler Ihres Vertrauens)  
Fenchel, Selleri alles grob geschnitten  
Zwiebeln, fein geschnitten  
Peterli, fein gehackt  
Salz, Pfeffer  
1 Lorbeerblatt  
Weisswein

### Zubereitung

... Die Muscheln gut waschen und Bärte entfernen ... Das Gemüse in der Butter andünsten ... Mit Weisswein ablöschen und die Muscheln dazulegen ... Deckel darauf und von Zeit zu Zeit umrühren ... Wenn alle Muscheln offen sind, Sud abschmecken und mit frisch zubereiteten Fritten servieren ...

### Tipps:

... Es ist Zeit ... Es ist Muschelzeit ... Ziehen Sie Gummistiefel an und waschen Sie die Moules in der Badewanne ... Lernen Sie Flämisch oder Wallonisch und trinken Sie belgisches Bier dazu ... Denn es ist „Leffe“-Zeit (fragen Sie Hans) ... Geniessen Sie dazu die Moules-frites, entweder mit Tartare, Mayonnaise, Essig, Ketchup - so wie es die Belgier mögen ... Machen Sie zur Verdauung eine Stadtbesichtigung ... Brauchen Sie eine Führung, fragen Sie Hedwige ... Wünschen Sie weitere Bierideen, wenden Sie sich an folgende Adresse: [info@koifischer.ch](mailto:info@koifischer.ch)

### Links

<http://www.youtube.com/watch?v=D50isf8Ctbg>  
<http://www.youtube.com/watch?v=BouyclAzv8g&list=PLy1C1mYW9i0Bj8kyyI9RihI0ZY-HzdJuq>  
<http://www.youtube.com/watch?v=7HWIy4aiXfs>  
<http://www.youtube.com/watch?v=DhUiG6ZPZBM>  
<http://www.youtube.com/watch?v=GyFKGTi6uZM>  
<http://www.youtube.com/watch?v=NeMTBcwtA0c>  
<http://www.youtube.com/watch?v=uhrqmFCB62w>  
<http://www.youtube.com/watch?v=ySCTKvMWu04>  
<http://www.youtube.com/watch?v=a2CF80kvL8o>

HOTLINE: [info@koifischer.ch](mailto:info@koifischer.ch)

