



# Blue mussels

食谱作者 V-ZUG 瑞族



|                 |                           |
|-----------------|---------------------------|
| 制备过程            | 15 分钟                     |
| 烘烤的时间：烘烤时间取决于机器 | 5 分钟 30 秒钟                |
| 份               | 4                         |
| 电器              | Comhair-Steam SE 自 2015 年 |

## Preparation

1½ kg blue mussels

1 onion

100 g parsley

200 ml white wine

Clean the mussels well and remove any beards. Peel and finely chop the onion. Wash and finely chop the parsley.

将发酵桶预加热 热风+清蒸 到 **150 °C**

Put the mussels, together with the wine and chopped onion, on a baking tray. Put the baking tray into the preheated cooking space. Cook.

放入食物

在 热风+清蒸 期间为 **150 5 分钟 30 秒钟**°C

Arrange the cooked mussels in a dish and garnish with the chopped parsley.

## 配件

Baking tray

## 附加信息

创建时间 11.12.2019

