

Mejillones al vino



Ingredientes

2 dientes de ajo picado
70 gr de cebolla cortada y picada
70 gr de tomate natural triturado en conserva
1 pellizco de azúcar
1 pellizco de sal
20 gr de aceite de oliva
100 gr de vino blanco
500 gr de mejillones frescos limpios
1 cucharada de perejil picado(opcional)

Personas: 4 pax
Tiempo total: 25 min
Preparación: 1 min
Cocinado: 24 min
Dificultad: baja

Preparación

Ponga en una sartén o cacerola el aceite, la cebolla, el ajo picado y sofría durante 6 minutos.

Añada el tomate natural triturado, el vino blanco, la sal, el azúcar y sofría durante 15 minutos.

En un recipiente apto para microondas (papillote, ultra pro, micro cook) ponga los mejillones limpios sin nada de agua y programe 3 minutos a 600 wátios de potencia.

Retire una de las conchas a los mejillones. Colóquelos en una fuente de servir, riegue con la salsa, espolvoree con el perejil picado.

Sirva inmediatamente.

Mejillones al vino(thermomix)



Ingredientes

2 dientes de ajo picado

70 gr de cebolla cortada y picada

70 gr de tomate natural triturado en conserva

1 pellizco de azúcar

1 pellizco de sal

20 gr de aceite de oliva

100 gr de vino blanco

500 gr de mejillones frescos limpios

1 cucharada de perejil picado(opcional)

Personas: 4 pax

Tiempo total: 22 min

Preparación: 1 min

Cocinado: 21 min

Dificultad: baja

Preparación

Ponga en el vaso el aceite, la cebolla, el ajo, la sal, el azúcar y trocee 3 seg/vel 5 y sofría 6 minutos/varoma/vel1. Añada el vino blanco y sitúe el recipiente varoma en su posición con los mejillones. Tape el varoma y programe 15 min/varoma/vel 1. Retire el varoma y quite una de las conchas a los mejillones. Colóquelos en una fuente de servir, riegue con la salsa, espolvoree con perejil picado. Sirva inmediatamente.