



Moules de bouchot à la tomate

- Par [vision-plaisir](http://www.vision-plaisir.fr)
- Les moules de bouchot est un mode de culture (sur piquets). *Mytilus edulis* ou *Mytilus galloprovincialis*.

Ingrédients:

Concassée de tomate:

- 1 kg de tomates
 - 3 échalotes
 - 3 gousses d'ail
 - thym
 - laurier
 - 1 morceau de sucre
-
- 2kg de moules de bouchot



Réalisation:

Réalisation de la concassée de tomates. Pour cette confection, il vous faudra monder les tomates. Mettre à chauffer une casserole d'eau. Oter le pédoncule des tomates et réaliser une incision en croix sur le bas. Plonger les tomates dans l'eau bouillante pendant 6 à 10 secondes maxi et les refroidir dans de l'eau froide remplie de glaçons.

© 2016 vision-plaisir

Après quelques minutes dans l'eau froide, les égoutter et ôter la peau. Normalement elle se détache facilement. Couper grossièrement les tomates en morceaux et les mettre dans un saladier. Eplucher l'ail et les échalotes. Emincer les échalotes finement. L'ail, quant à elle,



reste entière. Dans une casserole ou un sautoir, verser un peu d'huile d'olive. Faire revenir les échalotes et verser ensuite les tomates. Mélanger et ajouter sucre, ail, thym et laurier.

Bien mélanger et faire cuire à feu doux en remuant de temps en temps pendant environ 30 à 45 minutes.

Pendant la cuisson de la tomate, nettoyer et faire ouvrir les moules. Et par pitié, ne laissez pas vos moules dans l'eau. Les moules ne contiennent pas de sable et l'eau du robinet a tendance à les faire mourir. Juste un trempage de quelques secondes dans de l'eau claire suffit largement. Mettre les mytilida ou plus familièrement, les moules, dans un faitout et sur feu vif. Inutile d'ajouter de l'eau. Les cuire 5 à 10 minutes. Les égoutter et ôter leurs coquilles. Vous pouvez en garder quelques-unes avec une coquille.

Le jus des moules peut être congelé et servir pour une autre préparation (astuce de cuisinier : idéal pour la réalisation d'une sauce de poisson). Une fois la concassée de tomates cuite, vérifier l'assaisonnement et y verser les moules. Mélanger délicatement et servir aussitôt. Pour rendre la préparation plus légère, ajouter un peu de jus de moules et une noisette de beurre. Au moment de servir, saupoudrer de basilic frais, le plat n'en sera que meilleur.

