Mejillones tigre al vapor y crujientes



Consejo del chef

Pasar la bechamel a una fuente para que se enfríe antes de rellenar las conchas de los mejillones.

Raciones para 2

- ❏ **1 kg** Mejillones
- ❏ **1** Cebolla
- ❏ **1** Diente de ajo
- ❏ Aceite de oliva
- ❏ **2 cdas** Tomate frito
- ❏ **100 ml** Vino blanco
- ❏ **80 gr** Mantequilla
- ❏ **100 gr** Harina de trigo
- ❏ **250 ml** Leche
- ❏ **250 ml** Caldo de cocer los mejillones
- ❏ Sal
- ❏ Pimienta negra
- ❏ Nuez moscada
- ❏ **2** Huevos
- ❏ Pan rallado

1. Limpiar muy bien los mejillones y retirar las barbas con ayuda de una puntilla. Colocar en una bandeja y llevar al horno con el programa 100% vapor hasta que se abran. Sacar de las conchas y reservar. Guardar el caldo que han soltado los mejillones.

2. Picar la cebolla y el ajo y rehogar en una sartén con aceite de oliva. Una vez tierna, añadir el tomate frito y el vino blanco. Cocinar hasta que se evapore el alcohol. Añadir la carne de los mejillones picada y reservar.

3. Preparar una bechamel fundiendo la mantequilla en un cazo. Añadir la harina y cocinar unos minutos antes de agregar la leche y el caldo de los mejillones. Remover con unas varillas y cocinar hasta que espese. Añadir el sofrito anterior a la bechamel, mezclar y sazonar con sal, pimienta negra y una pizca de nuez moscada.

4. Una vez rellenas, pasar por huevo batido y pan rallado y freír en abundante aceite.

Notas del Chef

https://cookinglovers.teka.com/es/receta/mejillones-tigre/