

## 10 idées faciles pour cuisiner les moules



### Recette Ingrédients (pour 4 personnes) 3,6 kg (8 lb) de moules

- **À la provençale** : 2 feuilles de laurier, 10 ml (2 c. à thé) d'herbes de Provence, 540 ml (19 oz) de tomates en conserve en dés, 500 ml (2 tasses) de vin blanc et poivre au goût
- **À la marinière** : 796 ml (28 oz) de tomates en conserve en dés, 250 ml (1 tasse) de vin blanc, 2 échalotes émincées, 60 ml (1/4 tasse) de persil frais, 10 ml (2 c. à thé) de thym séché, 1 gousse d'ail hachée et poivre au goût
- **À la bière** : 3 bières, 1 gousse d'ail hachée, 1 poivron en dés, persil séché et poivre au goût
- **À l'indienne** : 540 ml (19 oz) de lait de coco, 398 ml (14 oz) d'ananas en dés avec jus, 5 ml (1 c. à thé) de pâte de cari et 15 ml (1 c. à soupe) de sauce de poisson
- **À la crème** : 500 ml (2 tasses) de crème à cuisson 15 % M.G., 250 ml (1 tasse) de bouillon de poulet ou de vin blanc, 5 oignons verts émincés, persil, thym et poivre au goût
- **À la thaï** : 750 ml (3 tasses) de bouillon de poulet, 3 tiges de citronnelle émincées, 30 ml (2 c. à soupe) de sauce de poisson et coriandre fraîche au goût
- **À la jardinière** : 750 ml (3 tasses) de vin blanc, 1/2 poireau émincé, 2 branches de céleris émincés, 3 carottes hachées finement et poivre au goût
- **À la diable** : 750 ml (3 tasses) de sauce tomate, 125 ml (1/2 tasse) de sauce chili, piments forts, ail et oignon au goût
- **À l'érable** : 500 ml (2 tasses) de bouillon de poulet, 500 ml (2 tasses) de sirop d'érable et gingembre en poudre au goût
- **Au Roquefort** : 500 ml (2 tasses) de crème à cuisson 15 % M.G., 90 g (3 oz) de fromage Roquefort et 250 ml (1 tasse) de vin blanc et poivre au goût

### Une façon simple de cuire les moules.

- Déposez tous les ingrédients dans une grande casserole. Portez à ébullition et laissez mijoter quelques minutes.
- Plongez les moules dans le bouillon et faites cuire à feu moyen de 7 à 10 minutes ou jusqu'à ce que les coquilles s'ouvrent et que la chair s'en détache facilement.
- Attention de ne pas trop les faire cuire, car la chair deviendra coriace et sèche.
- Servir les moules accompagnées du bouillon de cuisson.

**Bon appétit !**

**POISSONNERIE L'ARRIVAGE**

**450 755-1715**

**[poissonnerielarrivage.com](http://poissonnerielarrivage.com)**