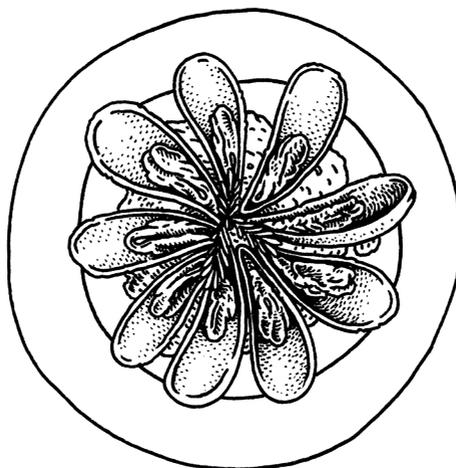


#1

Expo 2015
Regione Liguria
Cooking



Muscoli ripieni alla spezzina

La Spezia-style stuffed mussels

Ingredients (4 serves)

65 mussels. For the filling: one egg, a bunch of parsley, some bread crumbs soaked in milk, 150g mortadella, grated Parmesan cheese to taste, a glass of dry white wine (if desired), a garlic clove, 250 g canned tomatoes (in season, use fresh ones), salt, pepper (if desired).

⌚ 2 h
🍴 normal
🏷️ DOC Colli di Luni
Vermentino

Wash the mussels thoroughly under running water until shiny. Place 15 open raw mussels into a bowl and chop the meat. Finely chop parsley and garlic with a knife and add to the mix, along with bread crumbs soaked in milk, Parmesan cheese, the egg and chopped mortadella. If desired, add a pinch of thyme, salt and mix well. Open the remaining mussels with a sharp knife and fill them, turning the valves on themselves to prevent them from opening during cooking; in the past, they used to be tied with white thread. Put oil, finely chopped parsley and garlic into a large pan (preferably earthenware). Sprinkle with white wine and add sliced tomatoes. Arrange the stuffed mussels into the pan and cook over low heat for 15 minutes, covering with a lid.

Ingredienti (4 porzioni)

65 muscoli (sono migliori i mediani). Per il ripieno: un uovo, un mazzetto di prezzemolo, un po' di mollica di pane da ammolare in latte, 150 g di mortadella, formaggio parmigiano grattugiato a piacere, un bicchiere di vino bianco secco, (se piace) uno spicchio di aglio, 250 g di pomodori pelati (in stagione, meglio usare quelli freschi), sale qb, (se piace) pepe.

Pulire bene i muscoli sotto acqua corrente: devono essere lucidi. In una terrina mettere 15 muscoli aperti a crudo e tritarne la carne. Unire il prezzemolo e l'aglio tritati a coltello, con poca mollica di pane bagnata nel latte, parmigiano a piacere, l'uovo, la mortadella tritata. A questo ripieno aggiungere (se piace) appena un pizzico di timo, sentire di sale e mescolare bene. Riempire i muscoli già aperti con un coltellino, girando le valve su se stesse per evitare l'apertura durante la cottura; un tempo venivano legati con refe bianco. In un tegame largo (meglio se di coccio) mettere olio, prezzemolo e aglio tritati finemente a coltello. Spruzzare di vino bianco e aggiungere i pomodori a falde. Disporre i muscoli riempiti nel tegame e cuocere a fuoco lento per 15 minuti coprendo.