

Chefkoch Ramon Waser empfiehlt:

Jakobsmuscheln mit Kartoffelstock



mehr Kochtipps:

lifchannel.ch/kochstipp

(c) 123rf

Zubereitung

1. Kartoffeln waschen, schälen und in 3 cm grosse Würfel schneiden
2. Minze zupfen und fein schneiden
3. Jakobsmuscheln mit Salz, Pfeffer, 1 EL Olivenöl und Orangen-Zeste und -Saft marinieren
4. 5 bis 10 Minuten einziehen lassen
5. Kartoffeln in kochendes Salzwasser geben und ca. 12 Minuten kochen lassen
6. In den letzten 3 Minuten die Erbsen beigen und mitkochen
7. Nebenbei eine beschichtete Pfanne erhitzen und etwas Olivenöl begeben
8. Geschnittene Minze in der Pfanne leicht anbraten
9. Marinierte Jakobsmuscheln begeben und 2 Minuten pro Seite anbraten
10. Sobald Kartoffeln und Erbsen weich sind, Wasser abgiessen

Zutaten

400 g	Kartoffeln Typ C (mehligkochend)
200 g	Erbsen (tiefgekühlt)
15 g	frische Minze
8	Jakobsmuscheln
1	Orange

Life Channel

www.lifchannel.ch

- 11.** Mit Salz, Pfeffer und etwas Olivenöl verfeinern und zerstampfen
- 12.** Jakobsmuscheln auf dem Kartoffelstock anrichten und geniessen