



Ainsi cuisiner des moules deviendra un jeu d'enfant!

Comment faire les meilleures moules!

En été rien n'est aussi délicieux que des moules fraîches. Mais bien qu'elles soient incroyablement populaires dans notre petite Belgique, en fait elles ne sont pas si faciles à préparer... Heureusement notre rédaction a pas mal de trucs & astuces à votre disposition. Ainsi cuisiner des moules deviendra un jeu d'enfants!

Quelles moules & combien?

- Les moules Goudmerk sont bien sûr exceptionnelles. Mais **les moules jumbo ou super** sont absolument aussi une bonne option! Votre porte-monnaie vous en remerciera.
- Comptez environ **1 kg de moules par personne** et servez-les de préférence dans des casseroles individuelles.
- Les moules de culture suspendue sont plus jeunes et de croissance plus rapide. Chez SPAR vous trouvez déjà maintenant **des moules de culture de fond!** Cela signifie qu'elles ont fait leur croissance dans une situation optimale suivant la technique traditionnelle.



Cuisiner les moules

Les moules que vous achetez chez SPAR sont déjà nettoyées. Ouf, plus besoin de le faire! Vous pouvez quand même les rincer encore une fois sous le robinet d'eau courante.

Une fois les moules nettoyées, retirez toutes les coquilles cassées et toutes les moules qui ne se ferment pas lorsque vous les tapotez.

Attention: mettre vos moules dans un seau d'eau un jour à l'avance est vraiment hors de question. Conservez-les au réfrigérateur dans leur emballage d'origine jusqu'à leur utilisation.



Mosselen bereiden

- Réglez toujours le feu aussi fort que possible
- Procédez toujours dans l'ordre suivant: d'abord les moules dans la casserole, ensuite les légumes et en dernier le beurre(à l'ail).
- Ajoutez toujours un peu de liquide. Ce peut être du vin blanc mais aussi de l'eau!
- Mettez toujours le couvercle sur la casserole de moules.
- Juste avant de servir secouez encore bien la casserole à moules pour que tous les ingrédients soient bien mélangés.
- Cuites avec [du vin blanc](#), du thym, du romarin, de l'ail et du beurre, les moules sont délicieuses.

Conseils:

- Pensez-vous que vous avez assez poivré? Ajoutez alors une petite pincée!
- Servez les moules avec [une sauce 'maison' pour moules](#).

De préférence pas des moules nature? Vous vous sentez capable de faire votre propre création mais faites alors attention de ne pas choisir des assaisonnements qui couvriront tout le reste. Essayez toujours de vous limiter à un maximum de **5 assaisonnements supplémentaires**. Ainsi vous vous assurez de toujours goûter les moules.



Recettes alternatives pour les moules

Envie une fois d'autre chose mais vous êtes cependant encore très branché sur les moules nature? Avec ces recettes, vous gardez la saveur ultime de la moule douce, tout en ajoutant une touche supplémentaire à votre plat. Vous allez vous régaler!



Les plats principaux

[Moules au lard](#)



Les plats principaux

[Moules Forestières](#)



Les plats principaux

[Moules à la crème avec citron](#)

Délicieuses recettes de moules à l'alcool

Le topper absolu c'est encore toujours les moules au vin blanc. Mais avez-vous déjà essayer des moules à la bière? Et pour les amateurs d'anis: que diriez-vous de moules au fenouil ou au pastis?



Les plats principaux

Moules à la bière Vedett



Les plats principaux

Moules au fenouil et au pastis



Les plats principaux

[Moules au vin blanc](#)

Des moules avec un goût en plus

Cela peut-il être un peu plus? Avec ces recettes de moules, vous donnez à vos coquilles un fameux coup de fouet!



Les plats principaux

[Moules à l'Andalouse](#)



Les plats principaux

[Moules à la Thaïlandaise](#)



Soupes

[Zarzuela](#)