



Les plats principaux

Moules au fenouil et au pastis

Pour 4 personnes.

Ingrédients

4 kilogrammes de moules
100 millilitres de pastis
1 bulbe de fenouil
1 gousse d'ail
1 oignon
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Nettoyez bien les moules. Coupez finement l'oignon et l'ail. Rincez le fenouil et coupez-le en morceaux. Réchauffez l'huile d'olive dans une casserole à moules et faites-y revenir l'ail et l'oignon. Ajoutez le fenouil et les moules et déglacez avec le pastis.

Laissez cuire les moules dans une casserole couverte jusqu'à ce que les moules s'ouvrent. Secouez-les ensuite encore bien puis salez et poivrez encore. Servez les moules avec des frites ou du pain.

Astuce:

Une autre méthode pour savoir si les moules sont cuites ? Lorsque de la vapeur sort du couvercle pendant au moins 15 secondes !

