



Moules à la Catalane

Ingrédients (4 personnes) :

- 4 kg de Moules d'Espagne ou Bouchot.
- 1 poivron rouge.
- 1 poivron vert.
- 3 tomates fraîches ou pelées au jus (1 boîte).
- 1 oignon.
- 1 bouquet garni.
- Huile d'olive.
- Ail.

Préparation :

Décortiquez les moules et placez-les dans un grand récipient (sans eau).

Coupez les poivrons et faites-les revenir dans l'huile d'olive.

Ajoutez les oignons, les tomates, l'ail et le laurier.

Veillez à ce que la sauce soit liée.

Faites réduire en couvrant le tout pendant 3/4 d'heure au moins.

Ajoutez les moules environ un 1/4 d'heure avant la fin de la cuisson.

Bon appétit



**BALADE EN PAYS
CATALAN**

[HTTPS://BALADEENPAYSCATALAN.FR/](https://BALADEENPAYSCATALAN.FR/)

