

RECETTE DES MOULES A LA CREME ET A L'AIL**INGREDIENTS**

3 litres de moules de bouchot	9 euros
1 bouquet garni	Au jardin
½ verre de vin blanc sec	
4 grosses gousses d'ail	1.50 euro
1 beau bouquet de persil	1.15 euro
2,5 dl de crème fraîche	0.50 euro
50 g de margarine au tournesol	0.10 euro
Sel	
Poivre en grain moulu	

Soit un prix total de 12,25 euros pour 4 personnes : **3,06 euros / personne.**



Préparation : 20 mn

Cuisson totale : 20 mn

REALISATION :

Trier, gratter et laver les moules.

Laver et attacher les éléments du bouquet garni.

Laver et équeuter le persil, hacher finement les feuilles.

Mettre les moules dans un faitout accompagnées du bouquet garni et des queues de persil, ainsi que du vin blanc, poivrer. Mettre le récipient sur le feu et couvrir, secouer régulièrement tout en maintenant le feu vif.

Dès que les moules sont ouvertes, les égoutter, et retirer une des deux coquilles. Les replacer ensuite dans le jus de cuisson afin de les tenir au chaud.

Eplucher et hacher finement les gousses d'ail.

Faire chauffer la margarine dans un sautoir, dès qu'elle commence à dorer, y jeter la crème fraîche, l'ail haché et le persil haché. Battre au fouet à feu vif, saler et poivrer.

Egoutter les moules, les disposer dans un plat de service, et les napper avec la sauce à la crème et à l'ail.

.....C'est prêt

Miam miam

Si vous n'aimez pas l'ail, vous pouvez le remplacer par 250 gr d'échalotes, ou bien 2 cuillères à soupe de paprika, ou encore 1 cuillerée à café de safran.