Tito | Navajas al Natural (Schwertmuscheln in Lake)

K&U-Fisch

Die schwertförmige Scheidenmuschel, wie sie offiziell heißt, lebt senkrecht eingegraben in lockerem, sandig-schluffigem Sediment mit dem Vorderende nach unten. Das Tier verankert sich dort mit seinem muskulösen Fuß und kann sich bei Störung rasch zurückziehen. Schwertmuscheln leben in Wassertiefen von der Gezeitenzone bis in etwa 80 Meter Tiefe und werden per Tauchgang »geerntet«. Sie sind essbar, müssen gut geputzt, also vom Sand befreit werden, und sind dann eine beliebte Spezialität. Dazu brät man sie kurz in einer Pfanne in Olivenöl in viel Petersilie und Knoblauch an. Ihr Fleisch ist kalorienarm und reich an Omega-3-Fettsäuren. Man nennt sie auch »navajas« oder »navallas«.

110g

SPEZ992

K&U
www.weinhalle.de