

---

# ForSea cook-along

## Forret - Hvidvinskogte blåmuslinger med et strejf af Asien

### Indkøbsliste

#### 4 personer

2 kg hele ferske blåmuslinger  
½ flaske hvidvin  
2,5 dl piskefløde  
50 g frisk dild  
60 g frisk bladpersille  
evt. frisk kørvel  
100 g skalotteløg  
½ frisk rød chili  
1 fed hvidløg  
30 g ingefær  
1 ubehandlet appelsin  
1 ubehandlet citron  
1 dl koldpresset rapsolie

#### Flute

150 g alm hvedemel  
150 g Manitoba mel  
3 g gær  
10 g Salt  
1 dl surdej  
eller køb et lækkert flute fra bageren

### Vinanbefaling

Selected Wines – The winery of good hope, Chenin Blanc (til muslingerne)  
Selected Wines - Buitenverwachting, Sauvignon Blanc

### Køkkenudstyr

Spækbræt, urtekniv, grøntsagskniv, rivejern, citruspresse, skål, en gryde (5 liter) og en grydeske.  
Evt. gummihandsker.

