



# Recetario

## MEJILLONES RELLENOS (TIGRES)

### INGREDIENTES:

1 kilo de mejillones  
Laurel  
Sal gorda  
1 litro de leche  
1 cebolla  
200gr de langostinos  
200gr de harina  
Nuez moscada  
Pan rallado  
Huevo



### PASO A PASO:

Primero limpiamos los mejillones y los cocemos al vapor con un poco de agua, sal y laurel.

Sacamos la carne del mejillón y reservamos las cáscaras y el caldo.

Cortamos la cebolla y los mejillones muy pequeño, pelamos los langostinos y los picamos. En una cazuela ponemos un chorro de aceite de oliva, echamos la cebolla, la pochamos bien sin que se queme. Después añadimos los langostinos y los mejillones. Lo dejamos hacer cinco minutos, añadimos harina disolviéndola bien, una pizca de nuez moscada y sal. Añadimos leche poco a poco batiendo como para hacer una bechamel, echamos también un poco de caldo de cocer los mejillones y seguimos batiendo hasta tener una masa. La dejamos enfriar.

A continuación rellenamos las cáscaras de los mejillones, pasamos por huevo batido y por pan rallado. Los freímos en una sartén con abundante aceite.

### Presentación:

En un plato ponemos una cama de canónigos y los colocamos encima.

