

# Vis van de maand: *mosselen*



In ieder nummer van Vismagazine belichten we een vissoort van het seizoen. Deze keer: mosselen. In het volgende nummer belichten we tong. Mocht u daarvan een mooi recept hebben dat u met collega's wilt delen, neem dan contact op met vismagazine@eisma.nl of bel de redactie: 06 - 317 688 35.

De mossel (*Mytilus edulis*) is een in zee levend tweekleppig weekdier met een asymmetrisch driehoekige, betrekkelijk dunschalige, maar stevige schelp. Mosselen van ongeveer één centimeter noemt men mosselzaad. Na ongeveer twee jaar zijn de mosselen zes tot zeven centimeter groot en geschikt als consumptiemossel. **Het voedsel van de mosselen bestaat uit algen, die zij binnenkrijgen door het langstromende water te filteren.**

Zoals de meeste tweekleppigen vindt de voortplanting buiten de dieren in het zeewater plaats.

Er ontstaat een larve met een planktonische levenswijze. De larve gaat waar de zeestroming het dier heen voert. Na ongeveer één maand wordt de schelp gevormd, die gedurende enige tijd verder aangroeit. Als de schelp te zwaar wordt zakt het 'broed' naar de zeebodem. Deze 'broedval' is een kritieke fase want het dier is afhankelijk van de geschiktheid van de plaats om zich met byssusdraden (de baard van een mossel) vast te kunnen hechten. Slechts een gering deel van de oorspronkelijke larvenpopulatie komt terecht op een geschikte plek en overleeft de eerste periode.

### Seizoen

De mossel is één van de algemeenste diersoorten aan de Nederlandse en Belgische

kust. In Nederland komen kweekmosselen met name voor de Oosterschelde en de Waddenzee. Maar ook in andere gebieden langs de kust. Alle Nederlandse mosselen worden voor consumptie in de Oosterschelde verwaterd, vandaar dat meestal gesproken wordt over 'Zeeuwse mosselen'. Nederland is een van de grootste mosselproducenten ter wereld. Het mosselzaad wordt voor de kust van Zeeland opgevist en naar de Waddenzee gebracht om verder te groeien. Een gedeelte wordt aan touwen of andere attributen opgehangen. Dit heet 'hangcultuur'. De mosselsector investeert in duurzame vangst- en kweekmethoden en bouwt stapsgewijs de mosselzaadvisserij op natuurlijke banken in de Waddenzee af. Op veertien plekken zijn mosselzaadinstallaties (MZI's) in zee gelegd. Zij zijn een alternatief om het mosselzaad niet meer van de bodem op te vissen.

Als de mosselen groot genoeg zijn, komen de mosselkwekers met hun lading mosselen naar de enige mosselveiling van Europa in Yerseke. Het mosselseizoen loopt van half juli tot half april. Ook buiten het mosselseizoen zijn mosselen te koop, dit zijn echter diepgevroren of geïmporteerde mosselen.

### Karwei

Mosselen kan men rauw eten, maar de schelpen stuk voor stuk openen is wel een karwei. Daarom worden de mosselen meestal kort gekookt. Zodra de schelp open gaat, kan de mossel worden opgediend. Ze hebben dan nog de frisse, ziltige smaak.

Mosselen bevatten eiwitten, mineralen, vitaminen, fosfor, ijzer, jodium en seleen. Met 1 procent is het vetgehalte te verwaarlozen. ■

# Recept van de maand



## Ingrediënten

VIS

- 1500 gr. Gekookte mosselen
- 2000 gr. witte basissaus
- 30 gr. World Grill Moutarda marinade
- 100 gr. Rucola
- 10 st. Italiaanse bol

TYPE GERECHT: LUNCHGERECHT

BEREIDINGSTIJD: 15 MINUTEN

AANTAL PORTIES: 10

# Mosselpotje

## Bereiding

- Meng de mosselen met de witte basissaus en de moutarda marinade (u kunt hiervoor ook salsa cajun-saus of grillsaus gebruiken).
- Snijd de kap van de Italiaanse bol af en hol de bol uit.
- Bak het brood in 10 minuten af op 190°C.
- Vul 1 bol met de aangemaakte mosselen en de rucola.
- Deze gevulde bol legt u in uw vitrine, maar geef bij aankoop de bol apart van de aangemaakte mosselen en rucola mee.

### Consumentenbereiding:

- Warm de Italiaanse bol op in een voorverwarmde oven van 180°C, zo'n 4 minuten.
- Laat de mosselen(vulling) langzaam opwarmen in een steelpannetje.
- Vul de Italiaanse bol met de rucola en de warme mosselen.
- Serveer de bol, eventueel met deksel, op een luxe schaal/bord.

### Serveertips:

- Leg eventueel de deksel van de bol en wat gekookte mosselen ter decoratie naast de gevulde bol.
- Ter versiering kunt u het geheel garneren met een decoratiemix, bijvoorbeeld decoratiemix Rotterdam.

Het recept is afkomstig van Smedes Fine Food.