



# Tacos aux moules panées



**Temps de préparation**

30 min à 1h



**Difficulté**

Facile



## Ingrédients

1 kilogramme de moules (nettoyées)  
80 grammes de farine  
2 œufs  
60 grammes de chapelure  
huile de tournesol  
100 grammes de yaourt  
50 grammes de crème aigre  
1 cuillère à soupe zeste de citron vert  
1/2 cuillerée à thé de poudre de chili  
2 concombres snack  
8 petites tortillas  
150 grammes de chou blanc (finement émincé)  
1 petit oignon rouge (émincé)  
1 poignée de persil plat  
sel et poivre

## Méthode de préparation

- 1.** Faites cuire les moules brièvement à feu vif, couvercle fermé, jusqu'à ce qu'elles s'ouvrent. Retirez-les des coquilles. Laissez-les bien égoutter sur du papier absorbant, puis séchez-les.
- 2.** Versez la farine dans une assiette creuse et assaisonnez de sel et de poivre. Battez les œufs dans une deuxième assiette et versez la chapelure dans une troisième.
- 3.** Passez les moules successivement dans la farine, puis dans l'œuf et enfin dans la chapelure. Faites-les dorer dans un fond d'huile de tournesol.



- 4.** Mélangez le yaourt avec la crème épaisse, le zeste de citron vert et le chili en poudre. Assaisonnez de sel et de poivre. Coupez les concombres snack en rondelles.
  
- 5.** Réchauffez les tortillas au micro-ondes ou dans une poêle chaude. Garnissez-les de chou blanc, de rondelles de concombre et de moules croustillantes. Ajoutez un filet de sauce au yaourt et terminez avec l'oignon rouge et le persil.