



Poêlée de champignons

Description

[vc_row][vc_column width= »1/3?][vc_column_text]Une poêlée de champignons, voilà **un accompagnement facile** et qui va avec (à peu près) tout. Ça sent bon l'automne (dans l'hémisphère nord), et pour moi, qui dit automne, dit champignons. Ils sont délicats, se cuisinent à toutes les sauces et il en existe tellement de sortes... Pensez à garder vos champignons au frais (mais pas dans un sachet plastique) et à les utiliser dans les 48-72h après leur achat, car ils perdent très vite de leur fraîcheur.[/vc_column_text][vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_single_image image= »3482? img_size= »full » onclick= »zoom »][/vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Recette de la poêlée de champignons

[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row equal_height= »yes » content_placement= »top » css= ».vc_custom_1578327110108{background-color: #f0f0f0 !important;} »][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]2-3 pers[/vc_column_text][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]Préparation 5 min[/vc_column_text][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]Cuisson 10 min[/vc_column_text][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]Niveau facile[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row][vc_column width= »1/3?][vc_column_text css= ».vc_custom_1601805557345{background-color: #f0f0f0 !important;} »]

Ingrédients

- 500g de champignons frais (champignons de Paris ou Portobello)
- 1 oignon moyen
- 2 gousses d'ail
- persil (frais si possible)
- sel, poivre

[/vc_column_text][/vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_column_text]

Etape par étape

1. Commencer par préparer les champignons: les nettoyer et les couper en fines lamelles.
2. Puis éplucher et écraser les gousses d'ail, nettoyer le persil, en séparer les têtes et les couper finement. Couper ensuite l'oignon en lamelles fines.
3. Chauffer une poêle avec un peu d'huile d'olive, y ajouter l'ail et l'oignon. Faire revenir quelques minutes, puis ajouter les champignons et le persil. Laisser cuire jusqu'à ce que les champignons soient tendres. Saler, poivrer et servir.

[/vc_column_text][/vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Trucs et astuces pour réussir la poêlée de champignons

- Pour donner plus de saveurs à cet accompagnement, vous pouvez y ajouter du cumin, du curry ou encore un peu de piment.
- Pour nettoyer les champignons, coupez la partie terreuse du pied et passez-les sous un filet d'eau claire. Evitez de les laisser tremper dans l'eau, car le champignon étant poreux, et il absorberait l'eau pour ensuite le rejeter lors de la cuisson.
- Evitez de préparer cette recette avec des champignons en conserve, le résultat n'est pas vraiment satisfaisant. Gardez les champignons en conserve pour vos plats mijotés et en sauce.

[/vc_column_text][/vc_column][vc_row][vc_row content_placement= »middle »][vc_column width= »1/6?][vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_message message_box_color= »mulled_wine » icon_fontawesome= »fa fa-camera » css= ».vc_custom_1578330895116{background-color: #f0f0 !important;} »]

Si vous cuisinez les recettes du blog, n'hésitez pas à prendre le résultat en photo et à le publier sur les réseaux sociaux avec la mention **@vidaypimienta** ou le hashtag **#vidaypimienta**

Par avance merci de votre collaboration et bonne cuisine !

[/vc_message][/vc_column][vc_column width= »1/6?][/vc_column][vc_row][vc_row content_placement= »middle »][vc_column][vc_separator color= »mulled_wine » border_width= »3? el_width= »50?][/vc_column][vc_column][vc_masonry_grid post_type= »post » max_items= »-1? style= »lazy » items_per_page= »4? show_filter= »yes » element_width= »3? gap= »10? orderby= »rand » item= »basicGrid_NoAnimation » initial_loading_animation= »none » grid_id= »vc_gid:1601806668895-6668528a-a4a8-2? taxonomies= »98, 184? filter_source= »category »][/vc_column][vc_row]

CATEGORY

1. Coin salé
2. Plat

POST TAG

1. accompagnement
2. classique
3. légumes
4. recette express
5. sans gluten
6. sans lactose

Categorie

1. Coin salé
2. Plat

Tags

1. accompagnement
2. classique
3. légumes
4. recette express
5. sans gluten
6. sans lactose

date créée

12/10/2020

Auteur

admin

default watermark