

Poêlée de pleurotes :



Ingrédients (pour 4 personnes) :

- Pleurotes : 800 grammes
- 1 bouquet de persil
- 2 gousses d'ail
- 1 grosse échalote
- 50 gr de beurre ou 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre du moulin

Préparation :

Coupez les pleurotes en petits dés.

Épluchez l'ail et l'échalote. Hachez l'échalote et pressez l'ail dans un presse-ail.

Lavez et essuyez le persil. Ciselez ces feuilles finement.

Mélangez-y l'ail pressé et réservez.

Faites fondre le beurre (ou chauffer l'huile) dans une grande poêle à feu vif et plongez-y les pleurotes pour les saisir.

Mélangez les pleurotes et continuez à les cuire sans couvercle pour que l'eau qu'ils dégagent s'évapore pendant environ 3 ou 4 minutes.

Ajoutez l'échalote hachée, salez et poivrez.

Laissez encore cuire 8 à 10 minutes en retournant de temps en temps jusqu'à ce que les pleurotes soient dorés.

Ajoutez l'ail et le persil à la fin, remuez et arrêtez la cuisson.

Variantes :

Vous pouvez ajouter de la crème en fin de cuisson

Accompagnements :

Les pleurotes peuvent être servis :

Sur des pâtes

Sur une tartine grillée (toast aux pleurotes)

Sur une belle omelette

,...