



4 personnes



10 min. de préparation



30 min. de cuisson



0,73 € / personne



VELOUTE DE CHAMPIGNONS

Ingédients pour 4 personnes



600 g de champignons de Paris ou en boîte



500 ml lait



3 c à soupe de farine



1 oignon



1 citron



2 cuillères à soupe de crème fraîche



2 cuillères à soupe d'huile d'olive



Feuilles de persil



1/3 l de bouillon



Sel, poivre muscade

Préparation de la recette

1. Nettoyer en veillant à éliminer toute trace de terre et couper les champignons, en gros morceaux. Éplucher l'oignon et l'émincer finement. Mettre de côté quelques champignons découpés en lamelles pour la décoration.
2. Dans une cocotte, faire fondre 2 cuillères à soupe d'huile.
3. Ajouter l'oignon haché et laisser mijoter à feu doux jusqu'à coloration. Ajouter les champignons de Paris coupés en petits morceaux et laisser cuire pendant 5 minutes.
4. Ajouter la farine, Bien mélanger.
5. Ajouter $\frac{1}{4}$ de litre de bouillon et $\frac{1}{2}$ litre de lait. Bien mélanger. Fermer la cocotte. Dès le sifflement de la soupape, baisser le feu et laisser cuire encore 10 minutes. Ouvrir la cocotte.
6. Ajouter les 2 cuillères à soupe de crème fraîche. Et bien mélanger.
7. Mixer jusqu'à obtention d'un velouté onctueux et l'élimination de tous le morceaux.
8. Rectifier l'assaisonnement avec sel, poivre et noix de muscade.
9. Servir dans des bols en ajoutant les lamelles de champignons et les feuilles de persil.



Banque Alimentaire
de Charente-Maritime