



Bolets forestiers frais poêlés

Ingrédients :

500 gr	bolets frais
½ tasse	eau
2 cuil. à soupe	jus de citron ou vinaigre de vin blanc
¼ de tasse	huile d'arachide ou de pépin de raisin
2 gousses	ail
1 cuil. à soupe	persil frais haché finement
1 cuil. à soupe	ciboulette fraîche hachée finement

Préparation :

- Dans un poêlon antiadhésif, mettre l'eau, le jus de citron et les bolets. Amener le tout à ébullition, vous verrez les bolets se dégorger de leur eau. Faites bouillir 5 min. à gros bouillon ;
- Égouttez les champignons dans une passoire et laissez reposer ;
- Bien laver votre poêlon et faites chauffer votre huile d'arachide à haute température. Y déposer les bolets et faites revenir ces derniers jusqu'à ce qu'ils soient dorés ;
- Éteindre le feu, mettre le persil, la ciboulette, l'ail et remuer ;
- Vous pouvez utiliser ces champignons pour rehausser vos recette : Pizza, burger, ajoutez-y de la crème à cuisson et un peu de vin blanc et vous aurez une sauce délectable pour accompagner vos pâtes ou tout simplement les manger sur un bon pain.

