



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 recettes : 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.



CHAMPIGNONS
FORESTIERS
DE LA MAURICIE

