

COULEMELLES À LA CRÈME

Octobre 2020

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 6 à 8 chapeaux de coulemelles fraîches
- ★ 50 g de beurre
- ★ 2 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse (80 g)
- ★ 4 brins de persil plat
- ★ 2 échalotes (40 g)
- ★ 2 pincées de noix de muscade moulue
- ★ Sel fin, poivre blanc moulu

Ustensiles : Poêle

Préparation : 10 mn

Cuisson : 25 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : Hors champignons : 1,30 €
(soit 0,33 € par personne)



Recette :

Brosser les champignons pour éliminer les débris (Herbe, mousse, aiguilles de pin, ...) et le plus gros des écailles de la face supérieure des chapeaux. Ne pas les laver. Couper les chapeaux en lanières de 1,5 cm de large. Peler les échalotes, les émincer finement. Ciseler le persil très finement.

Faire fondre le beurre dans une poêle à feu moyen, ajouter les échalotes, et les laisser blondir en remuant continuellement durant 3 minutes. Baisser le feu, incorporer les morceaux de champignon et laisser suer à feu doux pendant 15 minutes en remuant souvent. Saler, poivrer, ajouter la crème et la muscade, bien mélanger. Poursuivre la cuisson 5 minutes à frémissement. Verser dans le plat de service, parsemer de persil ciselé. Servir avec de la viande de veau ou une volaille à la crème.

i N'utiliser que des coulemelles jeunes (lamelles bien blanches) ou à peine ouvertes. Éliminer les pieds qui sont coriaces et ne conserver que les chapeaux. Champignons (Lépiotes élevées) à récolter soi-même dans les prés en lisière de forêt ou dans les sous-bois clairs. Rares à trouver à acheter.