




## GARNITURE DE CHAMPIGNONS

Garniture onctueuse de champignons pour accompagner légumes verts, légumes secs, féculents céréaliers. Relève le goût aux aliments cuits vapeur. Cette garniture toute simple servie sur des patates, en fait un plat de choix !

250 g champignons de Paris  
2 échalotes  
2-3 gousses ail  
2 càs huile d'olive  
1 crème de riz  
persillade

Sel - poivre



 10 minutes  
 10 minutes  
 2 portions



**1.** Couper le bout des queues de champignons, bien les laver à l'eau courantes (ils ne doivent pas tremper), puis les émincer.



**2.** Ciseler les échalotes et ail, et faire blondir dans un peu d'huile de cuisson



**3.** Ajouter les champignons émincés, saler-poivrer et laisser cuire à feu moyen jusqu'à ce qu'ils réduisent de volume en rendant leur jus.



**4.** Ajouter une petite brique de crème végétale (riz, soja, amande) et laisser mijoter.



**5.** Ajouter un peu persillade (ici surgelée) et finir de cuire 5 minutes.



**6.** On obtient une garniture onctueuse, pour accompagner des légumes variés cuits vapeur.