



POÊLÉE DE CHANTERELLES À LA CRÈME



2 pers.



20 min.



370 kcal/pers.*



INGRÉDIENTS

300g. de chanterelles / 150g. de crème fraîche /
Un peu de persil

FOND DE PLACARD

1 échalote / Beurre / Sel / Poivre

Chanterelles. Couper les pieds des chanterelles, puis bien les nettoyer à l'eau froide. Couper les plus grosses et laisser les chanterelles égoutter.

Échalote. Éplucher et couper finement l'échalote.

Persil. Laver et hacher grossièrement le persil.

Poêlée de chanterelles à la crème. Faire fondre un morceau de beurre dans une poêle et ajouter l'échalote. Remuer quelques instants, puis ajouter les chanterelles. Cuire à feu moyen pendant environ 5 minutes, puis ajouter la crème fraîche, une pincée de sel et bien poivrer. Mélanger le tout et poursuivre la cuisson encore 3 minutes. Enfin ajouter le persil.

Suggestion. Déguster ce plat avec un morceau de pain.

* Donné à titre indicatif. Peut varier en fonction des produits utilisés.