

RECETTES
savoureuses

Autour du Champignon



Bouddha bowl aux champignons blancs LOU



4 pers. | 10 min.

Ingrédients

- 250 g de champignons blancs LOU
- 600 g de quinoa cuit ou autre céréale
- 1 petit concombre
- 12 radis
- Une vingtaine de tomates cerises
- 200 g de chiffonnade de jambon blanc
- 1 avocat
- 1 yaourt nature à la grecque
- 1 CS de jus de citron
- 1 oignon nouveau
- 20 brins de persil
- Fleur de sel
- Piment d'Espelette
- Herbes fraîches pour la décoration.

Préparation

Dans un premier temps préparer la sauce.

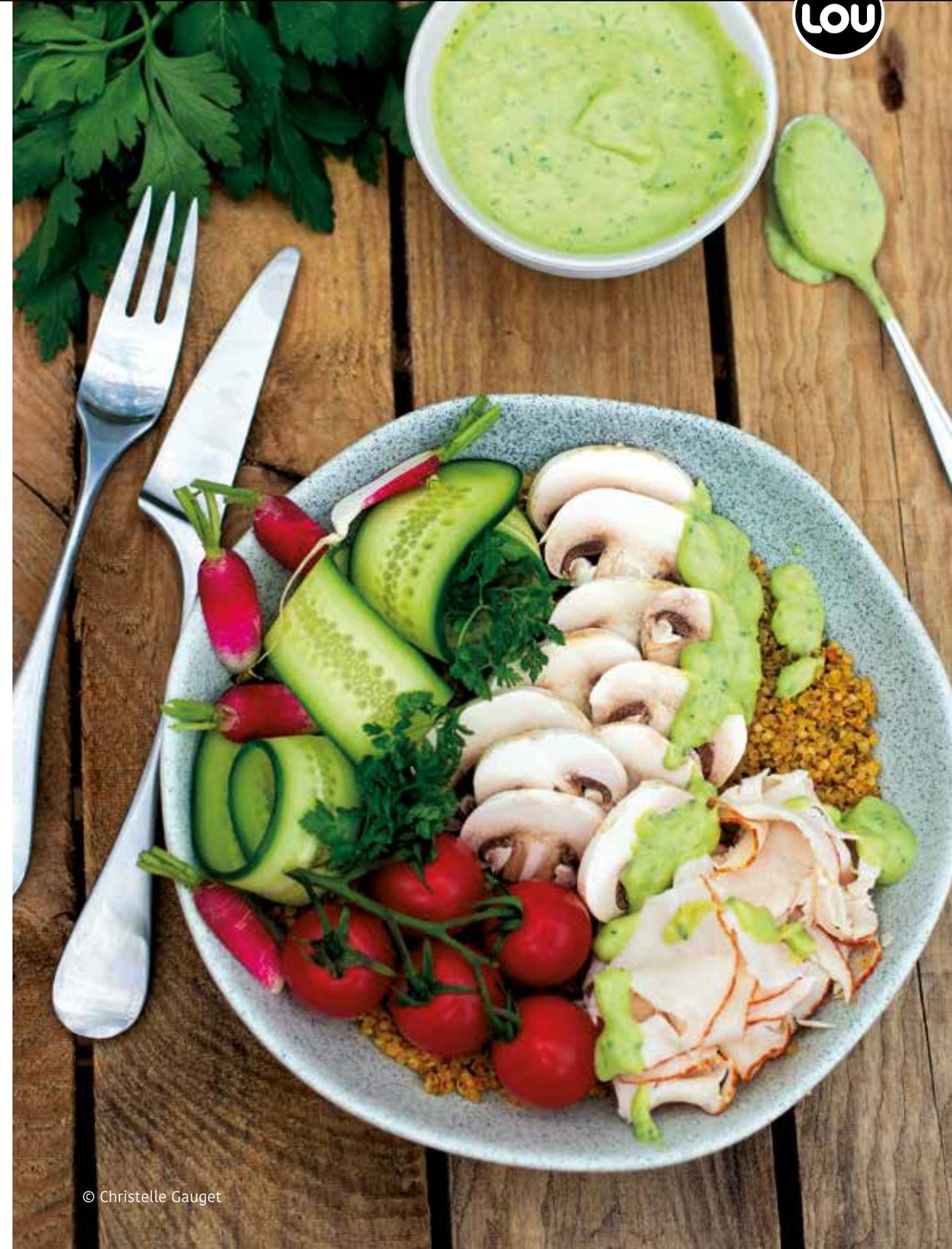
Dans un blender déposer la chair de l'avocat, le persil, l'oignon nouveau pelé, le jus de citron, le yaourt grec et 2 à 3 CS d'eau. Mixer jusqu'à obtenir un mélange homogène. Si la sauce est trop épaisse ajouter un peu d'eau.

Assaisonner en fleur de sel et piment d'Espelette.

Répartir les céréales dans 4 jolies assiettes creuses.

Déposer harmonieusement par-dessus des lanières de concombre, des radis coupés en 2, les champignons blancs émincés, des tomates cerise et un peu de chiffonnade de jambon blanc.

Décorer avec un peu d'herbes fraîches (cerfeuil, ciboulette...) et servir avec la sauce à l'avocat.



Gnocchis crémeux au thym & petits champignons LOU



4 pers. | 10 min. | 10 min.

Ingrédients

250 g de petits champignons LOU
 500 g de gnocchis
 20 g de beurre
 1 échalote
 20 cl de crème liquide
 5 branches de thym frais
 50 g de parmesan râpé
 1/2 cc de noix de muscade
 Sel et poivre du moulin

Préparation

Peler et émincer l'échalote.
 Chauffer le beurre dans une sauteuse et y faire fondre l'échalote sans coloration.
 Ajouter les petits champignons et le thym frais.
 Saler légèrement et poivrer.
 Ajouter la crème liquide et la pincée de noix de muscade.
 Chauffer à feu doux et à couvert pour infuser le thym.
 Pendant ce temps, chauffer une grande quantité d'eau salée et y cuire les gnocchis.
 Enlever les branches de thym de la sauce.
 Egoutter les gnocchis et les ajouter à la sauce.
 Rectifier l'assaisonnement si besoin.
 Servir de suite et saupoudrer de parmesan.



Suprêmes de pintade rôtis & Fricassée de champignons LOU



4 pers. | 15 min. | 40 min.

Ingrédients

4 suprêmes de pintade
400 g de Fricassée de champignons LOU
200 g de lard fumé
1 oignon
50 g de beurre pommade
2 CS d'herbes de Provence
1 CS d'huile d'olive
2 CS de persil ciselé
Sel fin
Poivre du moulin



Préparation

Préchauffer le four à 180°.

Mélanger le beurre pommade avec les herbes de Provence et assaisonner en sel et poivre.

Enrober les suprêmes de pintade avec le beurre aux herbes.

Déposer les morceaux de pintade dans un plat et cuire au four pendant 40 minutes.

Couper le lard en lardons.

Peler et émincer l'oignon.

Chauffer l'huile d'olive dans une poêle et y faire sauter les lardons avec l'oignon. Lorsque ça commence à colorer, y ajouter les champignons.

Cuire rapidement à feu vif. Incorporer le persil et réserver.

Servir les suprêmes de pintade dorés avec la poêlée de champignons.



Assiette brunch à l'anglaise & champignons Portobellos LOU



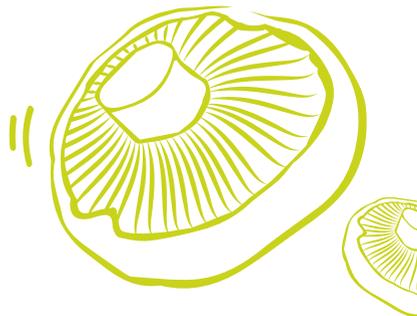
1 pers. | 10 min. | 10 min.

Ingrédients

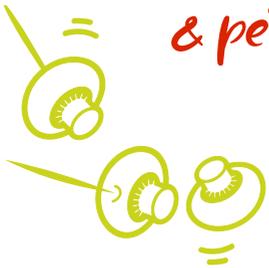
- 2 gros champignons Portobellos LOU
- 1 œuf frais
- 2 tranches de bacon
- 2 tranches de pain de mie
- 1 saucisse
- 50 g de haricots blancs à la sauce tomate
- 5 g de beurre
- Un peu d'huile
- 1 pot de Creamy oignons Ensoleil'ade

Préparation

Huiler légèrement et chauffer un grill ou une plancha.
 Lorsque le grill est bien chaud, y déposer les tranches de pain de mie, les champignons, les tranches de bacon, la saucisse.
 Griller le tout selon les goûts.
 Chauffer les haricots à la sauce tomate.
 Cuire l'œuf au plat dans une poêle avec le beurre.
 Dresser harmonieusement l'assiette avec tous les ingrédients et garnir les champignons avec un peu de sauce Creamy oignons.
 Servir pour un brunch accompagné de boissons chaudes et de jus d'orange.



Piccata de veau au citron & petits champignons LOU



4 pers. | 15 min. | 15 min.

Ingredients

500 g de petites escalopes de veau
 250 g de petits champignons LOU
 50 g de farine
 2 fois 20 g de beurre
 2 CS d huile de tournesol
 10 cl de vin blanc sec
 20 cl de bouillon de volaille
 1/2 citron jaune coup en tranches
 2 feuilles de laurier
 2 CS de persil plat ciselé
 Sel fin
 Poivre du moulin.

Préparation

Assaisonner les petites escalopes de veau en sel et en poivre sur les 2 faces.
 Les enrober de farine, tapoter pour retirer l'excédent. Réserver sur une grande planche.
 Dans une poêle chauffer 20 g de beurre avec l'huile de tournesol.
 Cuire les escalopes sur chaque face jusqu'à ce qu'elles deviennent dorées.
 Transférer dans un plat et couvrir d'un papier aluminium.
 Dans la même poêle verser le vin et chauffer à feu moyen pour réduire de moitié.
 Ajouter le bouillon de volaille, les petits champignons, les tranches de citron et le laurier puis poursuivre la cuisson à feu moyen pour réduire la sauce de moitié.
 Stopper la cuisson et incorporer le beurre restant et le persil ciselé.
 Remettre les tranches de viande dans la sauce pour les ramener à température.



Poulet aux noix de cajou & champignons émincés LOU



4 pers. | 20 min. | 15 min.



Ingrédients

- 500 g de filets de poulet
- 200 g de champignons émincés LOU
- 100 g de noix de cajou
- 25 cl de bouillon de volaille
- 2 CS de sauce soja
- 2 CS de fécule de maïs ou de pomme de terre
- 1 CS de sucre de canne
- 1 cm de gingembre frais
- 120 g de pois gourmands
- 3 CS d'huile d'olive
- Piment d'Espelette

Préparation

Peler et râper finement le gingembre

Mélanger ensemble le bouillon de volaille, la sauce soja, le sucre de canne, la fécule et le gingembre. Réserver.

Porter une quantité suffisante d'eau salée à ébullition et y cuire les pois gourmands 5/8 minutes. Egoutter, rincer à l'eau glacée. Réserver.

Peler et émincer l'oignon. Couper les filets de poulet en petits dés.

Chauffer 2 CS d'huile d'olive dans une sauteuse et y faire dorer les dés de poulet avec l'oignon émincé. Retirer de la sauteuse et réserver.

Dans cette même sauteuse chauffer le reste d'huile et y cuire les champignons émincés 2 à 3 minutes puis incorporer le mélange avec le bouillon de volaille. Poursuivre la cuisson jusqu'à épaississement de la sauce.

Incorporer le poulet, les noix de cajou et les pois gourmands pour enrober le tout de sauce.

Assaisonner d'un peu de piment d'Espelette selon les goûts.



Club sandwich aux légumes & champignons Bella Rosés LOU



4 pers./2 sandwiches/pers | 10 min.

Ingrédients

24 petites tranches de pain aux céréales
250 g de champignons Bella Rosés LOU
2 avocats
1 concombre
2 petits oignons nouveaux
4 petits suisses
2 belles CS de mayonnaise
Le jus d'un demi citron jaune
Fleur de sel
Piment d'Espelette

Préparation

Peler et émincer les oignons nouveaux.

Mélanger ensemble les petits suisses, la mayonnaise et les oignons émincés. Assaisonner avec un peu de sel.

Couper le concombre en fines tranches.

Peler les avocats, ôter les noyaux et les couper en fines tranches. Les arroser de jus de citron pour éviter l'oxydation et assaisonner avec un peu de piment d'Espelette.

Couper les champignons en tranches.

Griller légèrement les tranches de pain.

Garnir une première tranche de pain de sauce, couvrir de tranches de concombres puis de champignons.

Couvrir d'une tranche de pain, d'avocats puis une autre couche de champignons et terminer par une tranche de pain.

Maintenir le club sandwich avec un pic en bois.

Renouveler l'opération avec le reste d'ingrédients.



Dos de cabillaud à l'estragon & champignons blancs LOU



4 pers. | 15 min. | 15 min.



Ingrédients

4 dos de cabillaud de 150 g chacun
 250 g de champignons blancs LOU
 1 échalote
 Le jus d'un demi citron jaune
 1 cc de sucre
 2 fois 20 g de beurre
 10 cl de vin blanc sec
 10 cl de fumet de poisson
 10 cl de crème liquide
 2 CS de farine
 5 branches d'estragon frais
 Sel et poivre blanc

Préparation

Peler et émincer l'échalote. Effeuillez les branches d'estragon.
 Chauffer 20 g de beurre et y cuire à feu doux l'échalote émincée.
 Ajouter les champignons coupés en 2 et les feuilles d'estragon, saupoudrer du sucre et arroser du jus de citron et du vin blanc. Cuire à couvert 10 minutes.
 Ôter les champignons et réserver le jus de cuisson.
 Cuire les dos de cabillaud 15 minutes à la vapeur.
 Chauffer les 20 g de beurre restant et y ajouter la farine en une seule fois. Bien mélanger à l'aide d'un fouet. Incorporer peu à peu le fumet de poisson et le jus de cuisson des champignons.
 Après épaississement de la sauce, incorporer la crème liquide et les champignons pour les ramener à température. Stopper la cuisson.
 Dresser les assiettes en déposant délicatement un dos de cabillaud, des champignons et quelques pommes de terre rôties ou cuites à la vapeur.
 Arroser généreusement de sauce.



Petites côtes d'agneau haricots blancs & champignons Bella Rosés LOU



4 pers. | 15 min. | 15 min.

Ingrédients

12 côtes d'agneau
Sel fin - Poivre du moulin

Pour les haricots blancs

500 g de petits haricots blancs cuits
1 petite gousse d'ail râpée
10 feuilles de menthe fraîche
Le zeste d'un citron jaune
1 belle pincée de piment d'Espelette
10 cl d'huile d'olive
3 cl de vinaigre de Xérès

Pour les champignons

250 g de champignons entiers Bella Rosés LOU
4 cl de vinaigre balsamique
2 CS de miel liquide
2 CS d'huile d'olive
1 pincée de sel

Préparation

Préparer la sauce pour les haricots.

Ciseler très fin la menthe fraîche et la mélanger avec l'ail râpée, le zeste du citron, l'huile d'olive et le vinaigre de Xérès. Assaisonner avec un peu de sel fin et le piment d'Espelette. Réserver.

Préchauffer le four à 180° pour la préparation des champignons.

Mélanger ensemble l'huile, le vinaigre balsamique et le miel. Saler légèrement.

Enrober les champignons de ce mélange et les déposer sur une plaque allant au four recouverte d'une feuille de cuisson. Cuire 8 minutes au four.

Pendant la cuisson des champignons, chauffer un grill et y cuire les côtes d'agneau sur feu vif. Assaisonner en sel et en poivre du moulin.

Pour le dressage, répartir les haricots blancs et les arroser d'un peu de sauce à la menthe et y déposer les côtes d'agneau grillées par-dessus.

Répartir harmonieusement les champignons rôtis.



One pot pasta réconfortant avec des champignons émincés LOU



4 pers. | 10 min. | 20 min.

Ingrédients

250 g de pâtes Linguine
200 g de champignons émincés LOU
2 oignons nouveaux
2 CS d'huile d'olive
50 cl de bouillon de volaille
50 cl de lait
2 Belles poignées d'épinards frais
2 CS de mascarpone
Sel et poivre du moulin
Parmesan pour le service

Préparation

Chauffer l'huile dans une grande sauteuse et y faire dorer les oignons émincés.
Ajouter les champignons, les pâtes puis couvrir avec le bouillon de volaille et le lait.
Assaisonner légèrement en sel (le bouillon l'est déjà) et en poivre.
Cuire à petits frémissements pendant 15 minutes.
Ajouter les épinards et cuire de nouveaux 2 minutes.
Incorporer le mascarpone et servir rapidement avec un peu de parmesan râpé.

