

Boulettes de Champignons

🍴 4 PERS. / 10 PIÈCES 📖 ● ●

🕒 15 MIN.

🕒 10 MINUTES



🕒 15 MIN



300g Champignon de Paris
 1 gousse d'ail
 1 c.à s. Huile d'olive
 4 c.à s. Chapelure
 30g Mie de pain
 un peu de lait
 1 c.à c. Moutarde
 cumin
 sel, poivre

- Coupez la partie terreuse des pieds. Rincez rapidement les champignons puis séchez-les.
- Dans un robot, hachez les champignons et l'ail.
- Faites revenir la préparation dans une poêle chaude huilée jusqu'à ce que toute l'eau de végétation soit évaporée.
- Laissez tiédir.
- Ajoutez la mie de pain trempée dans un peu de lait, la chapelure, la moutarde, assaisonnez.
- Mélangez bien jusqu'à obtenir une texture malléable.
- Laissez reposer 15 minutes au réfrigérateur.
- Façonnez des boulettes avec les mains légèrement humides.
- Faites-les dorer dans une poêle huilée bien chaude, environ 5 minutes de chaque côté, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

À déguster à l'apéritif, en entrée avec une salade.

