



CHAMPIGNONS DE PARIS

Le champignon de Paris est le champignon le plus cultivé au monde : sa production mondiale est estimée à très largement plus d'un million de tonnes, et son utilisation en préparations alimentaires est très répandue.

En effet, il s'adapte facilement à de nombreuses recettes...

GALETTES DE CHAMPIGNONS

4 personnes (1h15)

Nettoyez, lavez et hachez très finement 400g de champignons de Paris et 1 bouquet de persilplat.

Pelez un petit oignon et détaillez le en tout petits dés.

Mettez 2 petits pains de la veille à ramollir dans de l'eau tiède.

Dans 2 cuil. à soupe d'huile, faites cuire les champignons, le persil et l'oignon à feu vif (l'eau rendue doit être évaporée).

Mettez le tout dans un saladier.

Pressez les petits pains entre vos mains pour éliminer l'eau.

Ajoutez-les aux champignons, ainsi qu'un oeuf. Salez, poivrez et ajoutez ½ . d'origan séché.

Façonnez de petites galettes.

Faites chauffer de l'huile dans une poêle à fond épais. Passez les galettes dans 2 cuil. À soupe de chapelure et faites-les dorer.

Servez très chaud !

CHAMPIGNONS A LA GRECQUE

4 personnes (20 minutes)

Prenez une boîte de coeurs d'artichauts, rincez les et arrosez-les de jus de citron.

Ajoutez 2 gousses d'ail hachées.

Remuez puis placez au frais.

Lavez 4 courgettes et émincez-les sans les peler.

Lavez, tranchez et citronnez 200 g de champignons de Paris.

Coupez 250 g de Feta en dés. Préparez une vinaigrette à base d'huile d'olive, citron, sel, poivre, thym, romarin et graine de fenouil.

Mélangez les ingrédients et saucez.

Servez-les frais !

RIZ DE VEAU AUX CHAMPIGNONS

4 personnes (40 minutes + 8 minutes de cuisson)

Laissez refroidir 600 g de riz de veau cuis.

Lavez et coupez en morceaux 1400 g de Champignons de Paris.

Citronnez-les. Faites dorer 2/3 d'un oignon dans 50 g de beurre.

Lavez et émincez une tranche de céleri.

Ajoutez à l'oignon avec les champignons. Salez, poivrez et couvrez.

Faites étuver à feu doux 8 minutes, faites fondre encore 50 g de beurre et mettez-y le reste de

l'oignon et 45 g de farine en remuant. Versez-y 5 dl de bouillon pour obtenir une sauce lisse.

Coupez le riz de veau en tranches de X cm, mettez-les dans la sauce et ôtez du feu.

Battez 1 oeuf avec 2 cuil. à soupe de fécule de maïs et ajoutez 1/8 lt de crème à fouetter et 5 cuil. à soupe d'eau (ajoutez les oeufs au reste de la sauce).

Versez les champignons avec l'oignon et le jus de citron.