

Champignons farcis

*Recette
enrichie*

Ingrédients pour 4 personnes :

- 4 gros champignons à farcir
- 100g de lardons
- 1 échalotte
- 35g de beurre
- 35g de farine
- 40g de gruyère
- 200ml de lait
- Sel / poivre / ail

Matériel :

1 plat allant au four

Poêle, spatule, couteau et planche à découper

Valeurs nutritionnelles pour 1 part

Protéines	Lipides	Glucides	Kcal
12	17	11	249

Recette facile : 35 min

- Nettoyer les champignons + retirer les pieds
 - Faire revenir l'échalotte et les lardons dans une poêle bien chaude,
 - Découper les pieds des champignons, les ajouter dans la poêle
 - Ajouter une partie du beurre,
 - Saupoudrer la farine puis le lait
 - Faire réduire et épaissir
 - Assaisonner (sel poivre ail)
 - Remplir les chapeaux des champignons avec le mélange
 - Ajouter le gruyère râpé dessus + un petit morceau de beurre
 - Mettre au four 25 min à 180°C
- Bonne dégustation !

