

CHOUX POÊLÉ AU MIEL & CRÈME DE CHAMPIGNONS

 Pour 4 personnes

 Préparation : 15 min

 Cuisson : 25 min



INGRÉDIENTS

- 1 chou blanc ou chou chinois
- 2 c.à.s de beurre fondu
- 1 c.à.s d'huile d'olive
- 1 c.à.s de miel
- 1 c.à.c de paprika
- 2 échalotes
- 6 à 7 champignons
- 1 petite gousse d'ail
- 20 cl de crème de noix de cajou
- Sel, poivre, persil

PRÉPARATION

1. Couper le chou en gros morceaux. Mélanger le beurre fondu, l'huile d'olive, le miel, le paprika, le sel et le poivre, puis badigeonner le chou.
2. Faire chauffer une poêle à feu moyen et faire dorer le chou sur chaque face. Ajouter un petit fond d'eau, couvrir et laisser cuire jusqu'à ce qu'il soit bien fondant. Retirer le couvercle en fin de cuisson pour le faire légèrement caraméliser.
3. Faire revenir les échalotes et les champignons dans une poêle. Assaisonner, ajouter l'ail, puis la crème de noix de cajou. Laisser chauffer quelques minutes à feu doux.
4. Servir le chou poêlé sur la crème de champignons et parsemer de persil.



Florian Bastier