



*Finger food*

# Champignons sautés à l'ail



**20 min** 10 min 10 min **0** **129**  
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour **6** personnes

## Ingrédients pour les champignons sautés à l'ail

450 g **Champignon(s) de Paris**  
2 **Gousse(s) d'ail**  
5 c. à soupe **Huile d'olive**  
1 **Sel**  
1 **Poivre**

## Ingrédients pour le dressage

1 **Citron(s) vert(s)**  
4 c. à soupe **Persil plat**

## Étape 1

Préparation des champignons sautés à l'ail

- 1 Laver les champignons à l'eau claire.
- 2 Éplucher et émincer finement les gousses d'ail à l'aide d'un couteau éminceur.
- 3 Faire chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse puis faire dorer l'ail.
- 4 Ajouter les champignons et les faire sauter sur feu fort.
- 5 Remuer les champignons à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à ce qu'ils aient absorbé toute l'huile d'olive.
- 6 Réduire ensuite le feu au minimum et continuer de cuire jusqu'à ce que les champignons aient libéré toute leur eau.
- 7 Augmenter le feu au maximum et faire sauter de nouveau les champignons pendant 4 à 5 minutes jusqu'à ce que le liquide se soit évaporé.
- 8 Assaisonner avec du sel et du poivre.

## Étape 2

Dressage

- 1 Récupérer le jus du citron à l'aide d'un presse-agrumes et le verser sur les champignons.

- 2 Parsemer le persil sur les champignons.
- 3 Servir chaud ou tiède dans des ramequins.