Torah-Box.com
judaïsme entre femmes

Velouté de cèpes à l'huile de truffe

Pour 10 personnes Temps de préparation : 10mn Cuisson : 30mn Difficulté : facile

Ingredients

1 gros oignon émincé

3 gousses d'ail écrasées et émincées

1 pincée de noix de muscade moulue

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

600g de cèpes

½ verre de vin blanc sec

3 cuillères à soupe de crème Parvé

1 cuillère à café d'huile de truffe

sel et poivre

Realisation

L'automne est la saison des champignons, alors profitons-en pour cuisiner ces délicieux aliments très riches en antioxydants et très bons pour la santé.

Dans une casserole, faites revenir l'oignon dans l'huile d'olive à feu moyen. Lorsque les oignons deviennent translucides, ajoutez-y l'ail, la pincée de muscade et les cèpes. Salez, poivrez et couvrez la casserole. Ajoutez-y le vin blanc et mélangez bien pour que les aromes se lient. Ajoutez ½ verre d'eau et laissez mijoter 15mn à feu moyen-doux. Sortez la casserole du feu, ajoutez-y la crème Parvé (non sucrée) et mixez le tout à l'aide d'un blender ou d'un mixeur à pieds.

La texture doit être veloutée ! Ajoutez l'huile de truffe avant de servir.

Bon appétit.