

Recettes

Fettuccine aux champignons



Ingrédients (pour 2 personnes)

50g Champignons shimeji
100g Champignons eryngii
50g Asperges
15ml Huile d'olive
30ml Vin blanc
15ml Sauce de soja claire
Sel : selon sa préférence
200ml Lait de soja
300g Pâtes
10ml Féculé
20ml Eau

Préparation

1. Couper les shimeji et eryngii en petits morceaux. (Des shiitake ou autres types de champignons peuvent y être substitués.)
2. Couper les asperges en diagonale.
3. Faire cuire les pâtes.
4. Étaler l'huile d'olive dans une poêle et faire sauter les champignons et les asperges. Quand ils sont enrobés d'huile, ajouter le vin blanc, la sauce de soja et le sel. Cuire pendant environ une minute puis ajouter le lait de soja. Lorsque le mélange arrive à ébullition, ajouter la féculé dissoute dans l'eau. Mélangez pendant environ 15 secondes pour épaissir.
5. Mettre les pâtes dans un plat, et verser la sauce dessus. Ajouter du poivre noir selon sa préférence.