



Idées de recettes de Champilooop

Champilooop est une champignonnière urbaine basée dans les caves de la Frise, à Eybens. Toutes ces recettes sont réalisées par nos soins ou proposées par des amis de Champilooop. N'hésitez pas à nous en envoyer à votre tour !

Gratin de butternut aux pleurotes



1. Coupez le butternut en petits morceaux (de préférence enlevez la peau)
2. Baignez-le 15 minutes dans l'eau bouillante afin de les rendre fondants
3. En parallèle, faites revenir vos pleurotes 10 minutes dans une poêle avec du beurre, de l'ail, de l'oignon
4. Dans votre plat à gratin, déposez le butternut, puis votre poêlé de champignons.
5. Crème, fromage, assaisonnez à votre goût, laissez 10 minutes au four pour gratiner...
6. Régalez-vous !!



Pizza aux shiitakes et au reblochon



1. Préparez la pâte à pizza maison – ou achetée.
2. Épluchez et coupez en rondelles quelques pommes de terre, faites les cuire pendant 10 minutes.
3. Dans une poêle, déposez une noix de beurre. Faites revenir les shiitakes et oignons avec de l'ail et du persil, pendant une dizaine de minutes.
4. Recouvrez la pâte à pizza de crème épaisse, et déposez les rondelles de pomme de terre et les oignons.
5. Répartissez quelques lamelles de reblochon, et ajoutez les shiitakes.
6. Insérez la pizza au four (210°C) pendant une vingtaine de minutes, jusqu'à ce que le reblochon ait fondu !
7. Bon appétit !



Pleurotes panés



1. Choisissez des pleurotes plats et assez large
2. Battre l'œuf.
3. Mélangez chapelure, farine, sel et poivre.
4. Trempez le pleurote dans l'œuf, puis enrobez-le de chapelure.
5. Faites-le frire dans un bain d'huile de tournesol, peu profond, à feu moyen. Retournez afin que les deux côtés soient dorés.
6. Retirez-les quand ils croustillent des deux côtés !
7. Dégustez-les en apéro 😊



Salade verte aux pois chiches, bleu et shiitakes



C'est simple, c'est léger, c'est délicieux : salade verte aux pois chiches et shiitakes, accompagné de bleu.

Faites revenir les shiitakes à la poêle une dizaine de minutes avant de les ajouter à la salade.

Bonne dégustation 😊



Spaghettis aux pleurotes rôtis à l'ail



1. Faire cuire les spaghettis al dente
2. Faire rôtir les pleurotes avec de l'ail et de l'huile d'olive
3. Quand ils prennent la couleur dorée, verser une petite louche d'eau de cuisson des spaghettis ainsi qu'une c.a.s. de pesto
4. Ne pas mettre trop d'épices qui masqueraient le goût fin des champignons
5. Bonne dégustation !



Suprême de poulet aux pleurotes



1. Saisir le poulet sur une poêle chaude avec un filet d'huile d'olive
 2. Rajouter les pleurotes avec un peu d'ail
 3. Quand les pleurotes commencent à dorer, rajouter 2 petites louches d'eau pour déglacer et récupérer les sucs de la viande et des champignons
 4. Rajouter 1 à 2 c.a.s de crème fraîche
 5. Bien poivrer (idéal c'est le poivre vert !), et saler
 6. Mélanger progressivement à feu doux
 7. Napper le poulet petit à petit
 8. Rajouter quelques feuilles de persil
- Et c'est la régalade 😊😊😊



Pâtes au poulet, shiitakes et échalotes



1. Faites cuire des pâtes penne.
2. Pendant ce temps, émincez le poulet, l'oignon et l'ail. Coupez les shiitakes.
3. Faites dorer le poulet à feu vif, poivrez, salez, puis réservez-le.
4. Dans une poêle et avec une noix de beurre, faites revenir les shiitakes, avec l'oignon et l'ail.
5. Au bout de 5/6 minutes, ajoutez le poulet. Versez une louche d'eau de cuisson des pâtes avant de les rajouter.
6. Assaisonnez à votre guise, recouvrez 5 minutes à feu doux.
7. C'est parti !