LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Polenta crémeuse aux cèpes rôtis et paprika fumé

Polenta crémeuse et cèpes rôtis forment un duo réconfortant : une base douce et onctueuse qui accueille la chair ferme et boisée des champignons. Le paprika fumé apporte juste ce qu'il faut de chaleur et une note fumée qui relève sans masquer les arômes naturels des cèpes. Idéale pour un dîner automnal en famille ou un repas convivial entre amis, cette recette joue sur les textures — polenta soyeuse, cèpes poêlés et croûte légèrement caramélisée — et sur la simplicité des gestes. En moins d'une heure, tu obtiens un plat gourmand, facile à assaisonner et à personnaliser, parfait servi avec une salade verte ou des légumineuses rôties pour compléter l'assiette.

P	T	C	D
PERSONNES	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ
4	**20 min**	**40 min**	**facile**

Ingrédients

- 200 g de polenta (semoule de maïs)
- 1 L de bouillon de légumes chaud
- 150 ml de lait (ou lait végétal pour une version légère)
- 30 g de beurre
- 40 g de parmesan râpé (optionnel)
- 400 g de cèpes frais (ou champignons bruns), nettoyés et coupés en gros morceaux
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail, écrasées
- 1 branche de thym (ou 1/2 cuillère à café de thym séché)
- 1/2 cuillère à café de paprika fumé
- Sel et poivre du moulin
- Quelques brins de persil plat ciselé
- Zeste de 1/2 citron (facultatif) pour finir

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Carte Cadeaux Les épices curieuses

Scanner pour voir le produit

Préparation

Préchauffe le four à 200 °C. Sur une plaque recouverte de papier cuisson, mélange les morceaux de cèpes avec 1 cuillère à soupe d'huile d'olive, la moitié de l'ail écrasé, le thym, 1/4 cuillère à café de paprika fumé, sel et poivre. Étale en une seule couche et rôtis 18–22 minutes jusqu'à légère coloration.

Pendant la cuisson, porte à ébullition le bouillon et le lait dans une casserole. Verse la polenta en pluie en remuant sans cesse à l'aide d'un fouet ou d'une cuillère en bois pour éviter les grumeaux.

Laisse cuire à feu doux selon le type de polenta (environ 5–12 minutes pour une polenta rapide, 25–30 minutes pour une traditionnelle), jusqu'à obtenir une consistance épaissie mais encore coulante. Si nécessaire, ajuste avec un peu d'eau chaude pour obtenir une texture crémeuse.

Hors du feu, incorpore le beurre et le parmesan râpé puis rectifie l'assaisonnement. Couvre et réserve au chaud pendant que les cèpes finissent de rôtir.

Fais chauffer la cuillère d'huile d'olive restante dans une poêle, ajoute le reste d'ail et saisis rapidement les cèpes rôtis 1–2 minutes pour réveiller les parfums. Saupoudre le reste de paprika fumé, mélange et rectifie en sel si besoin.

Répartis la polenta crémeuse dans les assiettes, dispose les cèpes rôtis sur le dessus, parsème de persil et d'un léger zeste de citron. Termine d'un filet d'huile d'olive si tu aimes.

Le conseil des Épices Curieuses

Pour un cadeau gourmand, pense à offrir la Carte Cadeaux afin que la personne choisisse son paprika fumé préféré ou d'autres épices. Pour une polenta encore plus onctueuse, prépare-la avec 10–20 % de liquide en plus et fouette vigoureusement à la fin.