Les épices curieuses
Explorateurs de saveurs étonnantes

LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Polenta crémeuse au gorgonzola, champignons sauvages et Baies verveine concassées

La polenta crémeuse au gorgonzola se prête à une assiette réconfortante et parfumée : texture soyeuse, fromage fondant et champignons dorés forment un trio gourmand. Quelques Baies verveine concassées ajoutent une pointe citronnée et végétale qui éclaire l’ensemble sans l’écraser. C’est une recette idéale pour un dîner de semaine un peu soigné ou pour recevoir sans stress : la polenta se tient, le gorgonzola apporte rondeur et les champignons donnent du caractère. Tu prépareras facilement cette recette en moins d’une heure, et le geste final — quelques baies concassées — transforme la dégustation en petite surprise aromatique.

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

Ingrédients

- 240 g de polenta (semoule de maïs à cuisson rapide)
- 1 L de bouillon de légumes chaud
- 200 ml de lait (ou crème légère pour plus d’onctuosité)
- 30 g de beurre
- 150 g de gorgonzola, émietté
- 400 g de champignons sauvages (ou champignons de Paris), nettoyés et tranchés
- 1 échalote, finement hachée
- 1 gousse d’ail, écrasée
- 2 cuillères à soupe d’huile d’olive
- 1 branche de thym
- Quelques brins de persil plat, ciselés
- Zeste fin d’un demi-citron (optionnel)
- Sel et poivre du moulin
- 4 Baies verveine (Baies Mang Tang), légèrement concassées

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Baies verveine ou Baies Mang Tang

Scanner pour voir le produit

Préparation

Prépare la polenta: porte le bouillon à frémissement avec le lait. Verse la polenta en pluie tout en fouettant pour éviter les grumeaux.

Laisse cuire à feu doux 6–8 minutes (ou selon l’indication du paquet), en remuant souvent jusqu’à ce que la polenta soit épaissie et soyeuse.

Hors du feu, incorpore le beurre puis le gorgonzola émietté. Rectifie l’assaisonnement en sel et poivre. Garde au chaud en couvrant.

Pendant ce temps, chauffe 1 cuillère à soupe d’huile dans une grande poêle. Fais revenir l’échalote 2 minutes puis ajoute l’ail sans le brûler.

Ajoute les champignons tranchés et la branche de thym. Saute à feu vif 6–8 minutes jusqu’à ce qu’ils soient bien dorés et que l’eau rendue soit évaporée.

En fin de cuisson, retire le thym, ajoute le persil ciselé et un filet d’huile d’olive. Assaisonne de sel, poivre et d’un peu de zeste de citron si tu aimes.

Juste avant de servir, concasse très légèrement les 4 Baies verveine au mortier ou entre deux cuillères, puis saupoudre-les sur les champignons chauds pour libérer leurs arômes.

Dresse la polenta crémeuse dans des assiettes chaudes, répartis les champignons dessus et termine par un tour de moulin à poivre et un dernier léger émiettement de gorgonzola si désiré.

Le conseil des Épices Curieuses

Concasse les baies au dernier moment pour préserver les notes citronnées; laisse-les reposer quelques minutes dans une cuillère d’huile tiède pour mieux diffuser l’arôme. Pour une polenta encore plus onctueuse, ajoute 50 ml de crème à la fin. Si la polenta épaissit trop en attente, détends-la avec un peu d’eau chaude avant de servir.