Les épices curieuses
Explorateurs de saveurs étonnantes

LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Polenta crémeuse, champignons des bois rôtis & filet piquant

Polenta crémeuse et champignons des bois rôtis : voilà un plat qui invite à se réunir autour d’une table simple et chaleureuse. La polenta veloutée, cuite au bouillon et enrichie de beurre et de parmesan, sert d’écrin onctueux aux champignons dorés, parfumés à l’ail et au thym. Quelques gouttes de Sauce Piquante Crazy Bastard - Jalapeño & Dattes ajoutent une note sucrée-piquante qui relève le caractère terreux des champignons sans masquer leur finesse. C’est un plat réconfortant, parfait pour un dîner en famille ou un soir d’automne, facile à préparer en moins de 90 minutes et suffisamment gourmand pour faire plaisir à tous.

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

Ingrédients

- 200 g de polenta (semoule de maïs pour polenta)
- 800 ml de bouillon de légumes chaud
- 200 ml de lait (ou lait végétal, pour plus d’onctuosité)
- 30 g de beurre (ou 2 c. à soupe d’huile d’olive)
- 50 g de parmesan râpé (ou levure nutritionnelle pour version vegan)
- 400 g de champignons des bois (mélange girolles, pleurotes, ou champignons de Paris) nettoyés et coupés
- 1 échalote finement émincée
- 2 gousses d’ail écrasées
- 2 branches de thym frais
- 2 c. à soupe d’huile d’olive + 1 c. à soupe pour la polenta
- Sel marin et poivre du moulin
- Quelques brins de persil plat haché pour servir
- 100 g de tofu ferme fumé (optionnel pour ajouter une base protéinée), coupé en dés
- Sauce Piquante Crazy Bastard - Jalapeño & Dattes (voir dosage)

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Sauce Piquante Crazy Bastard - Jalapeño & Dattes 100ml

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.

Baisse le feu et laisse cuire 10–12 minutes en remuant régulièrement jusqu’à obtention d’une texture épaisse et crémeuse.

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

Pendant la cuisson, préchauffe le four à 200 °C (chaleur tournante si possible).

Sur une plaque recouverte de papier cuisson, mélange les champignons avec l’échalote, l’ail, le thym, 2 c. à soupe d’huile d’olive, sel et poivre.

Enfourne pour 15–20 minutes en remuant à mi-cuisson, jusqu’à ce que les champignons soient bien dorés et légèrement caramélisés.

Si tu utilises le tofu fumé, fais-le dorer 6–8 minutes dans une poêle chaude avec 1 c. à soupe d’huile avant d’ajouter aux champignons en fin de cuisson.

Dresse: répartis la polenta chaude dans 4 assiettes creuses, dispose les champignons rôtis et le tofu si utilisé.

Verse un filet mesuré de Sauce Piquante Crazy Bastard - Jalapeño & Dattes (voir dosage) en traits fins sur chaque assiette pour apporter du contraste.

Parsème de persil haché et d’un tour de moulin à poivre. Sers immédiatement, la polenta doit rester onctueuse.

Le conseil des Épices Curieuses

Pour une polenta encore plus lisse, fouette vigoureusement en fin de cuisson et laisse reposer 2 minutes couvert. Si la polenta épaissit trop, détends-la avec un peu de lait chaud ou de bouillon. Mélange la sauce avec 1 c. à soupe d’huile d’olive et quelques gouttes de lime pour un filet brillant et souple.

Les Épices Curieuses

les-epices-curieuses.com

La recette en ligne

Le produit